

## MÉDIATION CORPORELLE : des outils adaptés et mobilisables auprès des jeunes en difficulté

**Intégrez** des **outils concrets** de **médiation corporelle** (toucher, mouvement, relaxation) et identifiez les **clés** du développement **psychocorporel** pour un accompagnement **pertinent** et **transformateur** auprès des **jeunes en souffrance**



**Durée**  
35H (4+1)

**Nombre de participant.e.s**  
12 maximum



### **Public concerné**

Professionnel.le.s de l'accompagnement social, thérapeutique et/ou de santé

### **Prérequis**

Aucun prérequis technique n'est exigé, mais une volonté d'implication personnelle, d'ouverture à l'expérimentation et au travail collectif sont nécessaires pour le processus formatif

### **Objectifs pédagogiques**

À l'issue de la formation, les participant.e.s seront capables de :

- **Expliquer les étapes majeures du développement psychocorporel appliqué au public accompagné**
- **Exposer la définition, processus et visées des différents outils de médiation corporelle étudiés**
- **Mettre en pratique des outils de médiation corporelle pertinents face aux situations problématiques**
- **Préparer l'application de ces savoirs sur un projet d'accompagnement individuel ou collectif**

## Contenu

### **1/ Identifier les problématiques spécifiques et établir l'intégration de la médiation corporelle**

L'intérêt de la prise en compte du contre transfert corporel

La sécurité du lien et le système d'attachement

La plasticité cérébrale : les mécanismes d'apprentissage et effet de la focalisation

Le cycle perception réponse sensorielle et motrice face à une situation et canaux sensoriels

Échelle d'action des pratiques : prévention/action/récupération

Applications d'outils de réflexivité professionnelle

### **2/ Analyser et expliquer le fonctionnement du stress et des émotions**

La physiologie du stress comme réponse adaptative

La physiologie du système nerveux autonome et son implication dans le stress et les émotions

La notion de sécurité intérieure comme base de régulation et de connexion

La fonction des émotions et leur rôle dans le système psychique

La palette des émotions et les signaux/états corporels associés

Les grandes étapes du développement psychocorporel et les spécificités du public : réflexes archaïques, stades de développement psychomoteur, proxémie



Camille Le Maléfan  
Vivant.e.s

### **3/ Identifier et mobiliser les pratiques psychocorporelles adaptées en situation professionnelle**

Les quatre champs d'outils (toucher, conscience corporelle, mouvement et relaxation) : leurs contenu, processus, indications et contre-indications

La physiologie de la respiration

Les ondes cérébrales et les états de conscience

Les pratiques :

- toucher : toucher relationnel et toucher massage
- conscience corporelle : pratiques d'orientation, de respiration, de conscience corporelle, de visualisation
- mouvement : pratique de mouvements libres et guidés
- relaxation : pratiques de relaxation, outils sensoriels

### **4/ Applications en situation professionnelle et conception de projets**

La posture et le travail corporel de l'accompagnant.e de séances

Les outils d'évaluation pré-séance, de suivi et de fin de séance

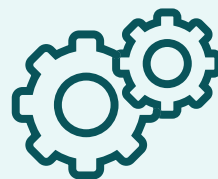
La trame de projet actionnable et adapté au public accompagné

La mise en lien avec les partenaires, collègues : post formation et en amont et aval des séances

## Moyens pédagogiques

Chaque module est articulé autour de :

- Apports théoriques avec des supports écrits, visuels et vidéos (ressources documentées et séquences de pratiques réelles)
- Illustrations des apports avec des situations concrètes
- Analyses de situation
- Expérimentations : ateliers, exercices
- Mises en situation
- Mise à disposition d'ouvrages de référence



## Supports pédagogiques

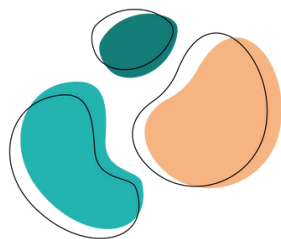
En plus des supports précédents :

- les stagiaires recevront : livret pédagogique, livret pliable et carte mentale
- Cahier de route réflexif et pratique
- Scripts et audio des pratiques
- durant la formation, à disposition : outils sensoriels, outils d'expression, planches d'anatomie et de physiologie, posters des méthodologies

## Évaluation

- En amont de la formation : auto-évaluation des compétences + mise en situation pratique (rédaction d'un pré projet) + identification des attentes
- Pendant la formation : exercices et mises en situation, questionnaire de validation des acquis théoriques, auto-évaluation des compétences, rédaction d'un plan d'engagement
- Post-formation : questionnaire de transfert des compétences
- Une session de retour d'expérience





Camille Le Maléfan  
Vivant·e·s

Un besoin, un projet ?

camillelemafan@gmail.com  
06.86.80.42.74

**camillelemafan.fr**