



Camille Le Maléfan
Vivant·e·s

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

Intégrer des **outils concrets** de **médiation corporelle** (toucher, mouvement, relaxation) et identifier 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**



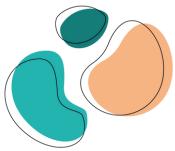
Contenu

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



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

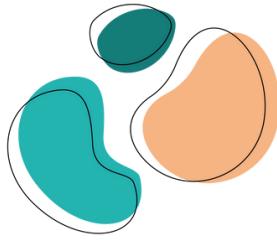
En plus des supports précédents :

- 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 (réécriture 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, réécriture 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 ?

camillelemalefan@gmail.com
06.86.80.42.74

camillelemalefan.fr