

Camille Le Maléfan
Vivant·e·s

FORMATIONS

Le corps & les émotions
au service du lien





Mon parcours

Educatrice spécialisée pendant 10 ans en **protection de l'enfance** et **psychiatrie**, j'ai longtemps accompagné des personnes fragiles et apporté la pratique corporelle comme une médiation permettant une meilleure conscience de soi et de l'autre.

En 2014 je commence à me former en **Shiatsu** après une **Licence en Psychologie**, puis en **Toucher-massage**. J'étudie l'**Éducation somatique** et le **système nerveux** par le **Body Mind Centering®**, la **danse** et le **Yoga** depuis 2020.

En 2019, je me forme en **ingénierie pédagogique** pour devenir formatrice. En 2021, j'obtiens un **DIU en Pratiques psychocorporelles et santé intégrative**.

Nourrie de la connexion avec le vivant, je me forme également depuis 2023 à la **Pédagogie par la Nature**.

Je suis suivie en **supervision** depuis 2016.

Mes actions

Formations & accompagnement

Je **forme** les **professionnel.le.s de l'accompagnement**
dans l'évolution de leurs pratiques.

Je les invite à y intégrer les intelligences corporelles et émotionnelles pour :

- Transformer ces intelligences en véritables **leviers et ressources au quotidien**
- Opérer de **nouvelles analyses des situations problématiques**
- Inventer des **solutions innovantes** face aux **enjeux complexes**
- Enrichir leur **boîte à outils** d'accompagnement

J'**accompagne** en séances individuelles et/ou collectives,
en établissement, auprès des **personnes accompagnées**
(Protection de l'enfance, Handicap, Protection judiciaire de
la jeunesse, réinsertion...) pour :

- Diminuer le **mal être et les passages à l'acte**
- Renforcer l'**écoute de son corps** et des ses **ressentis**
- Développer un **rapport plus positif** et **bienveillant**
envers **soi** et les **autres**



Je propose des **Animations** en structures Jeunesse
& Petite enfance pour :

- Favoriser la **détente** et le **mieux-être** chez les enfants
- Améliorer la **confiance** et le **respect mutuel**
- Connaître **son corps**, améliorer le **schéma corporel**
et l'**image de soi**
- Renforcer les **liens parent/enfant et fratrie**



Vous, responsables de formation, voulez :

- **Offrir** une formation **alignée sur les derniers rapports et préconisations nationales**
- **Assurer** une formation **concrète et adaptée**, issue du **terrain**
- **Avoir** de l'**impact** avec une offre **différenciante**
- **Élaborer** avec précision le **cadrage** et **suivi post formation**

Vous, cadres, directions, souhaitez :

- **Soutenir** des professionnel.le.s **résilient.e.s** et **outillé.e.s** face aux situations critiques
- **Réduire** les **passages à l'acte** violents et l'**agressivité** dans votre établissement
- **Garantir** l'**équilibre** de la **santé mentale** et du **bien-être** des professionnel.le.s
- **Favoriser** la **montée en compétences** dans la proposition d'actions d'accompagnement **innovantes** et **pertinentes** face aux enjeux rencontrés

Vous, professionnel.le.s, voulez :

- **Ajuster** votre posture professionnelle dans la **relation**
- **Prendre soin** de votre **bien-être émotionnel** et gérer **votre stress** tout en accompagnant les vécus difficiles des personnes
- **Réduire** les **passages à l'acte** violents, l'**agressivité**
- **Mettre en place** des **ateliers** et **outils** de médiation corporelle

Je vous accompagne de **A à Z** avec une formation **sur-mesure expérientielle** et **concrète**, testée avec les **jeunes** et les **équipes**, et **alignée** avec les **recommandations** nationales, que je **co-construis** avec **vous** et votre **institution** pour garantir une action **cohérente** et **valorisable** ainsi qu'une **transformation durable** des pratiques

La démarche

Les formations reflètent mon parcours, mon travail de recherche et les compétences acquises au fil de l'expérience. Elles se construisent également avec les changements sociaux et sociétaux.

Si elles répondent à des **problématiques** et des **besoins repérés**, elles sont aussi **construites** et **évaluées avec vous** pour qu'elles aient un **impact réel** et **durable** dans les pratiques professionnelles.

Aussi, ma démarche s'appuie sur :

1/ L'analyse de vos besoins, contexte et demande (évaluation initiale) lors d'un recueil auprès de l'encadrement (entretien) et de l'équipe (auto-évaluation des compétences et identification des attentes). Une mise en lien avec la personne responsable de la supervision/APP sera proposée.

2/ L'ajustement de la formation : modalités (durée, format), objectifs pédagogiques, modalités d'évaluation

3/ Une pédagogie active, analytique, actualisée et des supports riches et variés (matériels, livrets, vidéos...)

4/ L'évaluation de son intégration :

- 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

5/ Le suivi du transfert des compétences (évaluations de transfert et une journée de session de retour d'expérience, maximum 3 mois après la première session)

Je conçois la formation comme une **dynamique interactive** basée sur la **collaboration** entre les parties, l'**intégration** des savoirs expérimentiels et théoriques, l'**évolution** et l'**innovation** des pratiques.



Les formations s'appuient notamment sur les rapports et recommandations suivantes :

Les orientations nationales en santé mentale insistent sur des approches globales, articulant dimensions psychiques, corporelles et sociales, et invitent à diversifier les modalités d'accompagnement, notamment dans la gestion du stress et de l'anxiété.

Les rapports récents sur la santé mentale des enfants et des adolescents soulignent la nécessité d'interventions précoces, globales et pluridisciplinaires, associant travail émotionnel, corporel et social.

- CESE, Santé Mentale des jeunes et des enfants, 21 préconisations, Octobre 2025
- Étude nationale ENABEE, Santé publique France, 2025
- CESE, avis « Prévention en santé au travail », 2025
- Feuille de route « Santé mentale et psychiatrie », France, 2024
- Stratégie européenne de santé mentale, Commission européenne, 2023–2027
- HCFEA, Conseil de l'enfance et de l'adolescence : avis et rapports 2023–2025 sur la santé mentale des enfants et des jeunes
- UNICEF : « Dans ma tête. Promouvoir, protéger et prendre en charge la santé mentale des enfants », 2021
- ONPE Rapport « Charge émotionnelle et vécu professionnel en protection de l'enfance », Février 2025

Les formations

ANCRAGE PROFESSIONNEL :

Réguler stress et émotions dans sa pratique quotidienne

Développez votre capacité à mobiliser **votre corps** et **vos émotions** comme **ressources puissantes** et intégrez des **outils psychocorporels** pour retrouver votre **sérénité** et **transformer** votre posture professionnelle

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**

Formations éligibles aux prises en charge OPCO et FAF :
partenariat avec un Organisme de portage certifié QUALIOP

ANCRAGE PROFESSIONNEL : Réguler stress et émotions dans sa pratique quotidienne

Développez votre capacité à mobiliser **votre corps** et **vos émotions** comme **ressources puissantes** et intégrez des **outils psychocorporels** pour retrouver votre **sérénité** et **transformer** votre posture professionnelle



Durée
21H (2+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 la physiologie du stress et le mécanisme des émotions**
- **Argumenter une nouvelle compréhension de la problématique par l'utilisation d'outils spécifiques d'analyse de situation**
- **Mobiliser les pratiques psychocorporelles de régulation du stress et des émotions pertinentes face aux situations problématiques**
- **Élaborer de nouvelles pistes d'action personnelles et relationnelles**

Contenu

1/ Analyser et expliciter le fonctionnement du stress

L'identifier d'un point de vue corporel :

La physiologie du stress : une 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

L'identifier d'un point de vue psychologique et social :

La distinction des facteurs de stress internes et externes

Les spécificités du stress professionnel et la notion de stress vicariant

2/ Étudier et expliquer le fonctionnement des émotions et l'intelligence émotionnelle

Le mécanisme psychologique des émotions

La palette des émotions et les signaux/états corporels associés

Le lien entre émotions et besoins

La fonction des émotions et leur rôle dans le système psychique

Les 4 stades de l'intelligence émotionnelle

3/ Intégrer des analyses et perspectives nouvelles des situations rencontrées

Application d'outils d'analyse des causes du stress

Application d'outils d'analyse des émotions

Tableau de lecture des émotions et des besoins

Applications d'outils de réflexivité professionnelle

Les 6 postures d'écoute

Les principes de l'écoute active

4/ Identifier et mobiliser les pratiques psychocorporelles adaptées en situation professionnelle

L'appui du système nerveux et l'intégration de la corégulation

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

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

Le cycle perception réponse sensorielle et motrice face à une situation

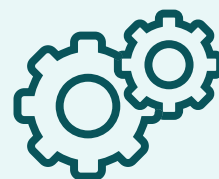
Échelle d'action des pratiques : prévention/action/récupération

Les pratiques de : orientation, respiration, conscience corporelle, visualisation, relaxation, mise en mouvement

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 + étude de cas (situation et pistes d'actions) + 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



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

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



Votre parcours

1

Premier contact et devis

2

Cadrage et ajustements de la formation,
signature de la convention avec dates



Diffusion aux stagiaires : auto-évaluation des compétences + mise en situation pratique ou étude de cas + identification des attentes

3

Réalisation de la formation

4

Session de retour d'expérience (environ M+3)



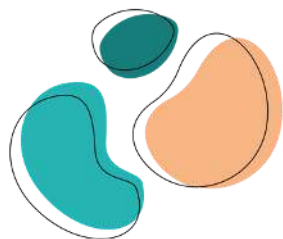
Bilan inter session (téléphone ou visio)

5

Bilan de l'action de formation (téléphone ou visio)



Diffusion aux stagiaires : questionnaire de transfert des compétences



Camille Le Maléfan
Vivant.e.s

Un besoin, un projet ?

camillelemafan@gmail.com
06.86.80.42.74

camillelemafan.fr