



Durée : 5 jour(s)

Tarif : 1100,00 € Net / personne

Tarif Intra : Nous contacter

PUBLIC

Pas de pré-requis : ce module peut être suivi indépendamment des autres. Tout public en recherche d'une formation idéale et utile au quotidien à titre individuel pour s'aider à se construire, pour acquérir des savoirs professionnels dans le but d'une reconversion ou pour ouvrir son propre cabinet, voire pour structurer des pratiques et les rendre plus efficaces. En ce sens, elle intéresse particulièrement les professionnels de la santé, de la relation d'aide, les enseignants, les éducateurs spécialisés et sportifs, les animateurs socioculturels...

OBJECTIFS

- Acquérir un outil d'une haute efficacité, facilement utilisable en séance complète ou partielle, intégrable aux 2 techniques précédentes
- Renouer le patient avec le registre du plaisir fonctionnel
- Se réapproprier et redécouvrir ses potentialités corporelles
- Développer la conscience du schéma corporel
- Positiver l'image du corps.

FORMATEUR(S)

Sylvette GUEDJ

- Art-Thérapeute
- Praticienne en techniques psycho-corporelles

• Master Spécialiste en Psychologie

MAYOR
FORMATION



Parc d'activités Aéroport - 45, rue Jeremy Bentham - 34470 PEROLS
Tél. 04 67 13 43 13 - Fax 04 67 13 43 10
www.mayor-sante.com - Contact: info@mayor-formation.com
N° Déclaration d'activité : 91-34-03072-34

Acquérir des techniques manuelles spécifiques et complémentaires qui transformeront les gestes professionnels en moments de présence, d'écoute et développeront la capacité à accompagner le patient. La pratique sera privilégiée afin d'acquérir un toucher juste, dans le respect de la personne. Le jeu de divers mouvements de balancements, micro-oscillations, d'explorations passives de l'espace, articulé en un enchaînement précis, va permettre d'aborder un état de relaxation profond en invitant le corps au lâcher-prise.

METHODE ET CONTENU PEDAGOGIQUE

Cette technique ludique invite au relâchement des tensions dans les articulations, à inscrire des vécus corporels positifs, à renouer avec le plaisir fonctionnel dans les lieux du corps chargés de limites, de douleurs, d'images négatives. Elle se pratique au sol sur personne vêtue. Apprendre un enchaînement aux manœuvres variées tant par leurs rythmes que par leurs amplitudes.

- Acquérir plusieurs registres de gestuelles : de l'approche ludique (exploration de l'espace, du poids) jusqu'aux micro-mouvements pour les lieux du corps en souffrance.
 - Approfondir le centrage, la qualité du positionnement, des déplacements du praticien.
 - Enrichir la présence par la respiration.
 - Apprendre à accompagner les prises de conscience corporelle, les émotions. Gérer une séance de relaxation, sa verbalisation.
 - Les conditions matérielles (musique, cadre, température, durée, ...) des séances.
 - Indications, contre-indications.
-
- L'accent est mis sur la pratique.
 - Démonstrations, suivies d'expérimentations en duo.
 - Travail au sol, sur table, sur chaise (avec ou sans huile).
 - Analyse des postures.
 - Entraînement à une technique de verbalisation non-inductive.
 - Apprendre à gérer l'expression émotionnelle (des larmes ... aux rires !).
 - Analyse des ressentis et des prises de conscience.
 - Exercices de sensorialité, de respiration, de concentration, de fluidité, d'ancrage et de relaxation.
 - Analyse de situations professionnelles, étude de cas.
 - Vérification de l'assimilation des connaissances après chaque module.
 - Apports théoriques.

SESSIONS

Paris

14-18 nov. 11