

Programme de Formation :

« CONSCIENCE CORPORELLE

Revisiter la structuration psychocorporelle, le corps en relation pour aller vers une réflexion sur sa posture professionnelle »

FORMATRICE

Madame **Agnès BOUCRIS**, Psychomotricienne Clinicienne, Psychosociologue, Formatrice, Danseuse.

A formé et enseigné de nombreuses années la Conscience Corporelle dans les écoles de psychomotricité de la Pitié Salpêtrière et de l'ISRP. Thérapeute en Relaxation Sapir, elle utilise et pratique des techniques psychocorporelles comme le toucher thérapeutique, la relaxation, la danse... Elle travaille depuis plusieurs années auprès des tout petits et leurs parents (pouponnière, crèche, CAMSP, CATTP, Unité de psychiatrie Périnatale).

PUBLIC et PREREQUIS :

Professionnels dans les métiers du soin ou du médico-social. Aucun autre prérequis spécifique.

PRÉSENTATION :

Éveiller ses perceptions pour se rendre plus présent à soi, à l'autre et au monde. Ressentir son corps dans l'immobilité, le mouvement, le contact, seul ou en groupe. Revisiter la complexité de son organisation, des étapes de la construction psychocorporelle, de l'unité somatopsychique et de la singularité de chacun. Nourrir sa pratique de soignant.

Ces ateliers proposent un travail d'engagement et d'écoute de son corps à travers différentes expérimentations, ceci en lien avec la nécessité de garder toujours vivant la circulation entre le corps et le psychisme dans les soins. Une articulation avec des échanges sur ses vécus en lien avec sa clinique permettra de développer une écoute sensible de soi et de l'autre et d'accéder ainsi à une analyse de son contretransfert corporel au service d'un meilleur ajustement au malade.

Ces ateliers n'ont pas pour but l'apprentissage d'une technique particulière.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES VISÉES :

Découvrir ou redécouvrir les organisations corporelles principales communes à tous et personnelles en s'impliquant dans différentes expérimentations corporelles tout en portant son attention à ses sensations, ses perceptions, ses affects et ses représentations.

Repérer ses propres modes d'engagement dans les différentes mises en situations proposées et les incidences de ces dernières sur la perception de soi.

Améliorer son aisance corporelle, affiner sa réceptivité sensorielle, développer une disponibilité psychique à soi et « au monde » : **Une disponibilité psychocorporelle** (bases d'utilisation de tout autre médiateur thérapeutique).

S'engager dans la relation et la communication (verbales et non verbales). Se (re)connaître et se situer, percevoir l'autre dans ses différences.

Expérimenter l'implication corporelle pour en appréhender les impacts sensoriels et émotionnels et pour questionner sa posture professionnelle dans la relation de soin à son patient : Développer des capacités réflexives.

Observer : apprendre à regarder selon les modes d'analyse ou d'écoute sensible.

Partager ses éprouvés et les faire progresser vers une élaboration clinique et théorique.

A l'issue de la formation le stagiaire sera capable de :

- S'installer dans une attitude d'écoute de soi et de l'autre.
- Exercer un regard clinique plus affuté et formuler ses observations avec égards et respect.
- Mieux identifier ses mouvements contre-transférentiels corporels.
- S'engager corporellement dans les soins.
- Travailler sous le regard de l'autre, en repérer les incidences.
- Re/trouver une créativité dans sa pratique professionnelle.

CONTENU

Ces ateliers s'articulent autour de différents thèmes fondamentaux répartis en trois cycles de trois séances

Cycle 1 : Organisation du corps et structure du mouvement

Nous nous centrerons sur notre rapport au sol, la qualité et l'organisation de nos appuis dans la dynamique de mouvement et de verticalisation.

En re-traversant les étapes de la construction du mouvement, nous explorerons notre structuration posturale et notre organisation du mouvement et celle de l'autre...

Enfin nous déploierons le mouvement dans l'espace pour l'habiter entièrement.

Cycle 2 : Composition du corps propre... Matière

Dans ce cycle nous travaillerons autour de la perception de notre corps en tant que matière... A l'écoute de nos sensations et des images qui les accompagnent, nous naviguerons dans nos différentes structures avec leurs densités et leurs modulations. A travers nos expérimentations et nos échanges autour de notre clinique, nous nous réinterrogerons sur la structuration psychocorporelle.

Cycle 3 : Soi et L'autre

Ce Cycle abordera la relation à l'autre dans un espace lointain et dans un espace proche.

Nous aborderons le toucher, le contact et leurs impacts...

Nous déploierons ainsi écoute, échanges, ajustements, accordage, communication non verbale...

Le travail de pratique permettra une exploration de situations relationnelles de contact corporel, des exercices de sensibilité du toucher.

Dans ces trois cycles un temps est réservé à l'échange verbal concernant les différents vécus personnels en séance, pour aller vers une réflexion autour de sa pratique clinique.

MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES :

- Les propositions de pratique corporelles s'effectuent avec des consignes dirigées ou libres. Elles sont centrées sur la sensorialité, le mouvement, le toucher et alterneront entre des explorations seules, avec un partenaire ou en groupe.



Psy Cap Corps

Formations en Techniques
Psychologiques et Corporelles Appliquées

- Des temps de mise en mots des perceptions et réactions personnelles dans les situations abordées s'articulent avec sa clinique et des points théoriques. Écoute de la différence dans les vécus de chacun.
- Un support musical pourra être utilisé.
- Médiation d'objet (tissus, balles, bâtons, ficelle...).

Le matériel nécessaire sera disponible sur place.

Les participants apporteront une tenue confortable.

Les supports théoriques seront fournis avec une bibliographie.

MODALITÉS DE SANCTION ET D'ÉVALUATION DE LA FORMATION :

A l'issue de la formation :

- Évaluation des connaissances/compétences acquises et restitution des résultats de ces évaluations aux stagiaires.
- Demande d'un écrit sur leur parcours dans cette formation et la satisfaction par rapport à leur attente.

ORGANISATION :

Cette formation de 27h se déroule en 3 cycles pour un total de 9 séances de 3h les samedis de 10h à 13h, pour un groupe de 4 à 15 personnes. ***L'inscription se fait pour l'ensemble des 9 séances mais elle est possible en cours d'année à chaque début cycle.***

Dates de 2025-2026 :

Cycle 1 : Les samedis 27 septembre, 8 novembre et 13 décembre 2025

Cycle 2 : Les samedis 10 janvier, 14 février et 21 mars 2026

Cycle 3 : Les samedis 18 avril, 30 mai et 20 juin 2026

LIEU :

En fonction du nombre de participants la formation pourra avoir lieu sur Paris ou très proche banlieue.

Lieu pressenti pour débiter la formation : Cabinet de consultation les Colibris – 5 rue de l'Avenir – 93800 EPINAY SUR SEINE (situé face à la gare Epinay Villetaneuse à 10 minutes depuis la Gare du Nord de Paris).

TARIFS :

- Prise en charge employeur : 810,00€*
- Prise en charge en libéral : 675,00€* (dont 200€ d'arrhes)
- Prise en charge individuelle : 460,00€ (dont 135€ d'arrhes)

*Exonération de TVA – Art.261.4.4°a du CGI

Les modalités d'inscription/contractualisation, délais d'accès et accessibilité aux participants en situation de handicap sont regroupés dans nos conditions générales de vente et d'utilisation sont disponibles sur notre site internet <https://www.psyccapcorps.com>

Merci d'en prendre connaissance avant toute inscription/contractualisation.

Les demandes d'inscription/contractualisation se font directement en ligne via notre site internet ou directement via le lien <https://catalogue.psyccapcorps.com>

Vous pouvez joindre la Johanna MARI, coordinatrice des formations et des stagiaires, par mail à l'adresse formations@psyccapcorps.com

Dernière mise à jour : le 5 février 2025

Siège social : Psy Cap Corps - 7, rue de l'Avenir - 93800 Epinay-sur-Seine

Tel : 06 59 35 19 26 - formations@psyccapcorps.com

SAS au capital de 5000€ - RCS Bobigny - SIRET 831 194 816 00011 - APE 8559A

Organisme de formation enregistré sous le numéro 11930768593 auprès du préfet de région IDF

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État