

Langage du corps et vécu corporel : la médiation corporelle dans les activités physiques et sportives

CODE 018-109

Acquérir les compétences requises pour animer des ateliers de médiations corporelles en tenant compte des différents espaces (espace d'action, de rencontre avec l'extérieur, espace de sensation, de conscience corporelle...) et de leur articulation dans le cadre plus général des activités corporelles et sportives.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

Acquérir les compétences requises pour animer des ateliers de médiations corporelles en tenant compte des différents espaces (espace d'action, de rencontre avec l'extérieur, espace de sensation, de conscience corporelle...) et de leur articulation dans le cadre plus général des activités physiques et sportives.

ELEMENTS FORTS

Expérimenter des situations où il est possible de retrouver et d'éprouver la dimension psychocorporelle

Acquérir des techniques simples favorisant la détente et la prise de conscience des sensations

Développer une perception plus fine des messages du corps et mieux comprendre son langage

Etablir des liens entre la dimension psychocorporelle, la pratique des activités physiques et sportives et l'action thérapeutique

PERSONNES CONCERNEES

Tout professionnel des secteurs santé, social et éducatif.

CONTENU DETAILLE DE LA FORMATION



Si les activités physiques et sportives ouvrent ordinairement à un espace d'action et de rencontre vers le monde extérieur, elles ouvrent aussi nécessairement à un espace de

sensations, de conscience corporelle et d'intériorité où nos émotions, nos affects, nos pensées, notre imaginaire même, sont sollicités. Cette formation propose, à partir d'exercices spécifiques de centrage, de ressenti, de relaxation, l'exploration de ces différents espaces et leur articulation dans le cadre d'une approche physique, sportive et psychocorporelle.

CONTENU

Expérimenter des situations où il est possible de retrouver et d'éprouver la dimension psychocorporelle

- Les méthodes de prise de conscience du corps et de relaxation.
- Les notions de « Holding et Handling », de setting, d'environnement facilitant (Winnicott).

Acquérir des techniques simples favorisant la détente et la prise de conscience des sensations

- Travail corporel autour des dynamiques « d'enracinement et de verticalité ».
- Les rapports entre tonus, fonction imaginaire, impasse relationnelle (Sami Ali).

Développer une perception plus fine des messages du corps et mieux comprendre son langage

- Mise en évidence du carrefour psychosomatique que sont tonus et respiration.
- Ouverture sur la dimension des étirements et ce qu'ils peuvent mettre en mouvement.
- Le toucher thérapeutique, la détente gymnique fonctionnelle et d'autres formes de communication (précautions, vigilance, et notion de juste distance).
- Le concept « d'image inconsciente du corps » (Dolto) du « Moi Peau » (Anzieu).

Etablir des liens entre la dimension psychocorporelle, la pratique des activités physiques et sportives et l'action thérapeutique

- Notions anthropologiques et ethnologiques (places et représentations du corps à travers époques et cultures).



- Le corps du "Pyschotique" (Pankow, Racamier)

DUREE 10,00 jour(s)

Pour les dates et prix des prochaines séances : consulter « Rechercher une formation » sur notre site ou nous contacter.



INFIPP SCOP S.A. – 26 rue Francis de Pressensé, 69623 VILLEURBENNE Cedex
Tél. 04 72 69 91 70 Email. infipp@infipp.com

