

# EXPRESSIVITÉ, RELATION D'AIDE ET CHAINES MUSCULAIRES



## FORMATEURS

Monsieur **Benoît LESAGE** (Besançon) : Docteur en Sciences Humaines, médecin, danseur, danse-thérapeute, chargé de cours au cursus de psychomotricité de Paris VI-Salpêtrière, Maître de conférences. Fondateur et directeur d'IRPECOR. Auteur de La Danse dans le Processus Thérapeutique (Ed Erès 2006) et de Jalons pour une pratique psychocorporelle / Structure, Étayage, Mouvement et Relation (Ed Erès 2012).

## NIVEAU DE CONNAISSANCES PRÉALABLE REQUIS POUR SUIVRE LA FORMATION

Tout professionnel engagé dans une relation d'aide ou pédagogique à médiation corporelle : sont particulièrement concernés les psychomotriciens, éducateurs, infirmiers et autres paramédicaux.

## PRÉSENTATION

L'expressivité suppose plasticité et adaptabilité. De même la relation d'aide nécessite un accordage permanent qui permet d'entrer en relation pour mobiliser des partenaires généralement restreints dans leur expressivité, leur imaginaire et leur communication. Le corps a ses lois, ses structures qu'il est important de comprendre et d'intégrer pour disposer d'outils de lecture et de travail.

La systématique des chaînes musculaires vise ce double objectif.

Les chaînes musculaires sont le support locomoteur de la posturation, c'est à dire de la façon dont nous nous tournons vers (ou détournons des) choses du monde et autrui. Elles soutiennent six structures psychocorporelles qui désignent un parcours d'évolution psychomotrice et un fonctionnement tant physique que psychique ou relationnel.

Les connaître permet de comprendre pratiquement le lien d'étaillage entre des niveaux somatique, imaginaire, affectif et relationnel. Le travail proposé s'ancre donc dans la matière, le corps anatomo-fonctionnel, les éprouvés, les affinités spatiales de la posture et du geste, pour s'ouvrir au niveau de l'expressivité et des dynamiques de groupe.

Les chaînes fournissent un outil de lecture du corps, de ses dynamiques de mouvement, et permettent l'élaboration de projets psychomoteurs et psychocorporels, tant au niveau individuel que groupal.

## OBJECTIFS

- Comprendre les liens entre tonicité, posture et typologie ;
- Savoir repérer les typologies et les modes de fonctionnement qui leur sont liés ;
- Pouvoir mobiliser et étirer les six chaînes musculaires ;
- Savoir créer des situations qui correspondent aux six grandes structures psychocorporelles liées aux chaînes musculaire en exploration individuelle par le mouvement et en en dynamique groupale ;
- Savoir utiliser les médiations d'objet adéquates.

## CONTENU

**Pratique :** Dispositifs d'implication corporelle :

- Pour explorer chaque structure psychocorporelle : mobilisation, étirement, repérage des grands muscles impliqués ;
- Dynamique de groupe spécifique à chaque structure ;
- Accompagner le mouvement et harmoniser la posture (session II).

**Elaboration :**

Évaluation après chaque exploration des processus mobilisés, de leurs objectifs et de la pédagogie employée.

Présentation de vignettes cliniques sous forme de documents vidéo commentés.

Analyse de situations cliniques proposées par les participants.

Des liens avec l'énergétique chinoise sont proposés au fur et à mesure.

**Synthèse** théorique insistant sur les liens théorico-pratiques et pratico-cliniques.

## COMPÉTENCES ACQUISES

- Savoir mettre en relation une tenue du corps, une typologie et un fonctionnement psychomoteur en référence aux chaînes musculaires ;
- Savoir répondre aux besoins individuels et/ou groupaux en se basant sur la grille des chaînes musculaires.

## MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES

PRATIQUE (60%)

- Implication corporelle par le mouvement : travail seul et avec partenaire ;
- Mises en situation à partir de consignes verbales : explorations sensori-motrices, jeux groupaux, intégration de médiation d'objet.

ELABORATION THEORICO-CLINIQUE (40%)

- Échanges en groupe et sous-groupes pour évaluer les situations vécues ;
- Apport d'éléments théoriques pour permettre les liens théorico-pratico-cliniques ;
- Supports vidéo : documents théoriques et vignettes cliniques ;
- Remise de documents pédagogiques écrits (fichier PDF ou sur demande support papier) ;
- Références et éclairages théoriques ;
- Descriptif et analyse des situations explorées durant le stage ;
- Bibliographie ;
- Discographie.

La méthode pédagogique développe des compétences de soins s'inscrivant dans la catégorie des thérapeutiques non médicamenteuses, validées par la HAS.

## MODALITÉS DE SANCTION DE LA FORMATION

L'évaluation des stagiaires se fait au cours du travail. Un bilan approfondi est proposé en fin de stage, accompagné d'un questionnaire, pour leur permettre de dégager les acquis et envisager leurs applications cliniques. Un suivi de stage est proposé sous forme d'échanges de courriels.

Évaluation de la formation par les stagiaires.

Remise d'une attestation de fin de formation.

## ORGANISATION

Cette formation est dispensée pour un groupe de maximum 20 participants.

**Session 1 :** du 29 octobre au 2 novembre 2018 (4jours et demi) soit **32h**. Horaires de la formation : 9h-18h sauf 1er jour début à 10h et dernier jour 9h-14h.

**Session 2 :** Courant 2019 - **24h**.

**Attention :**

- La session 1 peut être suivie indépendamment de la session 2.
- Pour suivre la session 2, il faut avoir déjà suivi une session « Chaînes musculaires ».

## LIEU

**Session 1 :** Castres (Tarn)

**Session 2 :** à définir.

## TARIFS

**Session 1 :** Prise en charge par l'employeur : 800 € - Prise en charge individuelle : 400 € (120 € d'arrhes).

**Session 2 :** Prise en charge par l'employeur : 600 € - Prise en charge individuelle : 300 € (90 € d'arrhes).

[Retour au sommaire](#)