

# LA DYNAMIQUE DE LA CONSCIENCE CORPORELLE AU COURS DU VIEILLISSEMENT



## FORMATRICE

Madame **Geneviève PONTON**, Psychomotricienne, Formatrice et Consultante dans le domaine de la santé et de l'éducation. gponton@wanadoo.fr

## NIVEAU DE CONNAISSANCES PRÉALABLE REQUIS POUR SUIVRE LA FORMATION

Psychomotriciens. Aucun prérequis spécifique.

## PRÉSENTATION

Nos sociétés vivent une accélération considérable de la longévité. Nous n'avons pas encore de recul sur l'accompagnement de l'évolution du 4<sup>e</sup> âge. Nous associons trop rapidement le vieillissement à l'âge, alors que vieillir est un processus inhérent à la manière dont chacun de nous traverse le temps. En psychomotricité, nous considérons le vieillissement comme une « dynamique » et non comme une réduction des fonctions de l'organisme. Nous lisons trop souvent dans la littérature médicale le mot « perte » pour décrire les troubles associés à la vieillesse. Si nous vivons l'âge comme une perte de contrôle, nous nous empêchons de voir l'intelligence adaptative à l'œuvre du temps. La lecture psychomotrice prend appui sur la biographie de la personne. Qu'est-ce que l'histoire du sujet nous enseigne pour aider la personne à trouver en elle les moyens singuliers qui lui permettront de faire face aux contraintes de cette dernière étape de la vie ? La conscience corporelle est la trame par laquelle l'expérience subjective tisse la structure neuronale plastique et réinvente sans limites les moyens pour s'adapter et survivre. Vieillir est un acte.

## OBJECTIFS

**Expérimenter** les moyens par lesquels se maintient ou se restaure la verticalité au cours du vieillissement.

**Reconnaître** les différentes formes d'expression des troubles proprioceptifs exprimés lors du vieillissement au regard de l'équilibre, la relation à l'espace et la conscience de soi.

**Repérer chez la personne observée**, les potentialités psychomotrices et les freins à leur activation.

**Construire** les moyens psychomoteurs d'un accompagnement individuel et collectif.

**Identifier** les troubles de la conscience corporelle associés aux différentes pathologies liées au vieillissement (troubles sensitifs, sensoriels, neurologiques, de l'équilibre et de la marche, cognitifs, ostéo-articulaires...).

**Reconnaître et comprendre** la problématique de la personne observée à partir de l'analyse des moyens spécifiques qu'elle utilise, les stratégies adaptatives qu'elle invente.

**Dégager des questionnements et conduire une réflexion** reliant les expérimentations pratiques abordées, les données théoriques échangées et les problématiques cliniques émanant de l'exercice professionnel des stagiaires.

## COMPÉTENCES VISÉES

À l'issue de la formation les stagiaires seront capable :

- **D'adapter ses propositions thérapeutiques au regard de sa clinique propre ;**
- **D'observer les stratégies psychomotrices** de la personne accompagnée ;
- **De reconnaître** auprès des personnes accompagnées (population clinique spécifique) les données abordées et de transposer sa compréhension des processus en jeu ;
- **D'élaborer un projet d'accompagnement** de la personne lui permettant d'actualiser ses potentialités afin de construire son autonomie ;
- **De développer des moyens adaptés** à la personne accompagnée pour l'évolution de la conscience corporelle au cours du vieillissement ;
- **De construire des propositions de pratiques corporelles** respectant la logique organique du mouvement autant que la subjectivité de la personne accompagnée et favorisant son expressivité.

## CONTENU DE LA FORMATION

### Première session

**Approche corporelle pratique dans une exploration des thèmes :**

- La perception de l'espace et son rapport à la mobilité ;
- Les enveloppements et la conscience de l'unité ;
- Les schèmes de mouvements lors des changements de niveaux (couché – assis – debout - relever du sol) ;
- La dynamique de l'axe vertébral : coordination par les schèmes spirales ; regard et axialité.

**Travail d'observation :**

- Analyse posturale et gestuelle, considérations anatomiques ;
- Repérage des stratégies individuelles dans les différentes réalisations.

**Réflexion théorico-clinique :**

- Le syndrome post chute et la peur du vide, les conséquences proprioceptives de l'immobilisation prolongée ;
- Les troubles du schéma corporel au cours de troubles neurologiques ;
- Les troubles tonico-émotionnels et la réactivation des trois angoisses.

**Synthèse et mise en place de microprojets de recherche** pour le temps d'intersession.

### Deuxième session

**Approche corporelle pratique dans une exploration des thèmes :** les appuis, l'évolution de l'équilibre et de la marche au regard du syndrome post-chute, des troubles neurologiques (AVC et Parkinson) et cognitifs.

**Accompagnement et approfondissement de la réflexion** à partir des dossiers, préparation d'une élaboration clinique en vue d'une restitution institutionnelle.

**Illustration** par des vidéos des données abordées.

**Apports théoriques** la plasticité neuronale, la communication avec les personnes présentant des troubles cognitifs.

## MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES

- Explorations personnelles en ateliers corporels avec mises en situations pratiques ;
- Documentation : planches anatomiques, support théorique, articles et vidéos ;
- Micro-projet clinique personnel, élaboré en intersessions sur le lieu professionnel et présentés à l'ensemble du groupe. Analyse commune de la démarche ;
- Temps d'échanges et réflexion théorico-clinique mettant en lien les explorations pratiques et les expériences professionnelles (témoignages, questionnements, vignettes cliniques).

## MODALITÉS DE SANCTION DE LA FORMATION

À l'issue de la formation, évaluation de la formation par les stagiaires. Remise d'une attestation de fin de formation.

## ORGANISATION

Formation organisée sur 42h, en 2 sessions de 3 jours chacune (21h de présentiel par session) pour un groupe de 14 participants maximum.

**2019 :** Les 23, 24 et 25 mai puis les 3, 4 et 5 octobre 2019.

**LIEU :** « Ateliers du Cami Salié » - 21 rue des Palombes – 64000 PAU.

## TARIFS

- Prise en charge par l'employeur : 1140€ TTC ;
  - Prise en charge individuelle : 600€ TTC (165€ d'arrhes).  
Jeune professionnel, chômeur : 500€ TTC (135€ d'arrhes).
- Réduction de 50€ accordée aux adhérents.

[Retour au sommaire](#)