

Cécile Cailmail

Formatrice vacataire

cecile.cailmail@gmail.com

06 98 07 70 43

Module : Le toucher dans la relation d'accompagnement

Public concerné : Formation A.E.S, ADVF, CAP AEPE.

Durée : une journée pour une sensibilisation.

Deux journées pour favoriser une mise en pratique professionnelle.

Objectifs et domaines de compétence

- Expérimenter l'importance des enjeux liés aux corps et dans les métiers d'accompagnement.
- Comprendre l'impact physique et émotionnel du toucher dans les pratiques d'hygiène, de soin et d'accompagnement.
- Favoriser une prise de conscience de l'influence de la communication non verbale dans la relation d'accompagnement.
- Questionner son rapport au toucher afin d'ajuster la relation accompagnant/accompagné.
- Expérimenter le « toucher relationnel » et mesurer la différence avec un « toucher technique ».
- Comprendre le lien entre qualité de présence et geste professionnel.
- Expérimenter différents types de massages comme autant de possibilités d'accompagnement.

Contenus du module

Module d'une journée :

- Création d'une ambiance sécurisante pour permettre à chacun de se sentir en confiance.
- Partages sur son propre rapport au toucher et sur la place du toucher dans les métiers (ses bienfaits et ses limites).
- Faire l'expérience d'une présence de qualité par le toucher (exercice issu de l'Haptonomie).

- Expérimenter différentes sortes de toucher par des gestes de massage simples et des mobilisations passives.
- Apports théoriques et échanges sur des notions telles que l'éthique de la relation, l'image du corps et le schéma corporel, le Moi Peau...

Module de deux jours :

Avec une deuxième journée, à programmer de préférence au milieu de la formation, un travail plus approfondi pourra être effectué en lien avec le terrain professionnel :

- Expérimenter des techniques simples et transférables en milieu professionnel (auto massages, massage des mains,)
- Comprendre l'importance de l'ancrage pour mieux se positionner dans des postures professionnelles où le poids est en jeu.
- Acquérir des outils pour favoriser la détente et le lâcher prise (relaxation, mobilisations passives des membres supérieurs et inférieurs du corps).
- Expérimenter le massage avec un objet médiateur (balle).

Modalités pédagogiques

- Jeux de dynamique de groupe et de confiance. - Relaxations guidées.
- Exercices d'ancrage inspirés du yoga, Qi Gong - Mises en situation et jeux de rôle.
- ou Tai Ji quan. - Méthodes participatives sous forme de
- Auto massages, massages des mains. cercles de paroles.
- Gestes de Relaxation coréenne et de Shiatsu en - Apports théoriques.
- lien avec le métier.