

**Programme de Formation :**  
**« EXPRESSIVITÉ, RELATION D'AIDE ET CHAINES MUSCULAIRES**  
**Session I : Liens psychomoteurs »**

**FORMATEUR :**

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 Eres 2006), de Jalons pour une pratique psychocorporelle / Structure, Étayage, Mouvement et Relation (Ed Eres 2012), Un corps à construire. Tonus, posture, spatialité, temporalité (Ed Eres 2021).

**PUBLIC ET PRÉREQUIS :**

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

**PRÉSENTATION :**

Par chaînes musculaires on entend des groupes de muscles qui travaillent ensemble pour **organiser la posture**. Or nos postures sont nos façons de nous poser, d'être là, plus ou moins ouvert, réservé, d'engager une direction, de nous détourner, d'affirmer, de recevoir. **A partir d'elles**, nous bougeons de façon différenciée : gestes d'engagement ou réceptifs, d'aller vers ou de préservation, rebond et appui, extension...

**Notre vie affective, imaginaire, nos rencontres et interactions**, puisent dans ce répertoire de gestes et de postures qui constituent une sorte d'alphabet. Avec ces quelques lettres nous pouvons écrire des mots, composer des phrases qui sont notre expression.

Divers auteurs comme Mézières ou Bobath ont montré que nos muscles travaillent en familles fonctionnelles. Mme Struyf s'appuyant sur leur travail et sur ses propres travaux a repéré six familles fonctionnelles qui gouvernent six attitudes, six schèmes posturomoteurs.

**Cette base anatomo-fonctionnelle s'avère très utile pour les professionnels du mouvement et de la médiation corporelle.** Elle permet une lecture fine du corps, premier temps de toute rencontre clinique ou pédagogique. On repère des fonctionnements, des tendances, des habitudes, des manques, des impossibilités : difficulté à se recentrer, à trouver ses appuis, à engager directions et intentions, réflexes de repli, manque de concentration, de densité... L'intérêt des chaînes est d'étayer ces observations sur une compréhension de la structure corporelle.

**La "lecture chaînes"** permet de penser ces observations dans un cadre global, psychomoteur, et d'en déduire des propositions d'interventions à différents niveaux :

- corporel, par le geste, la qualité de mouvement, les intentions spatiales, rythmiques
- mais aussi imaginaire, verbal
- médiations d'objet

**Ce sont donc des projets psychomoteurs et psychocorporels qui peuvent s'élaborer pour accompagner nos patients dans un élargissement de leur nuancier expressif et une meilleure intégration psychocorporelle.**

**- OBJECTIFS ET COMPÉTENCES VISÉES :**

**A l'issue de la session, le/la stagiaire saura :**

- Repérer les typologies et les modes de fonctionnement qui leur sont liés ;
- Mobiliser et étirer les six chaînes musculaires ;
- Créer des situations qui correspondent aux six grandes structures psychocorporelles liées aux chaînes musculaires en exploration individuelle par le mouvement et en dynamique groupale ;
- Utiliser les médiations d'objet adéquates ;

- Répondre aux besoins individuels et/ou groupaux en se basant sur la grille des chaînes musculaires.

### **CONTENU ET METHODOLOGIE DE LA FORMATION :**

Pratique : Dispositifs d'exploration corporelle faisant appel au mouvement aux niveaux individuel et groupal pour expérimenter les dynamiques propres à chaque structure posturomotrice.

Repérage des familles musculaires engagées dans la posture et dans les mouvements qui en découlent.

Maniement des médiations d'objet classiques en psychomotricité (bâton, balles, fils, tissus) en lien avec les dynamiques liées aux chaînes musculaires.

Elaboration : Après chaque exploration, évaluation de l'expérience personnelle pour dégager les processus mobilisés, les objectifs pédagogiques et thérapeutiques.

Présentation de vignettes cliniques sous forme de documents vidéo commentés.

Analyse de situations cliniques proposées par les participants (selon demande et possibilités des participants).

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

### **MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES :**

Alternance d'expériences individuelles et groupales, et d'apports théoriques. Documents écrits et vidéos. Travail corporel en début de journée. Liens théorico-cliniques au décours du travail corporel (exposés, vidéos cliniques).

Remise de documents pédagogiques écrits (fichier PDF ou sur demande support papier). Bibliographie et références musicales utilisées.

### **MODALITÉS DE SANCTION DE LA FORMATION :**

- Évaluation au cours de la formation : guidance personnalisée lors des pratiques et entretien/évaluation portant sur l'élaboration théorico-clinique.
- A l'issue de la formation, évaluation des acquis et de la satisfaction de la formation par les stagiaires et remise d'une attestation de fin de formation.
- Suivi post-stage sous forme d'échange de mail (ou par téléphone) : analyse de pratique et communication de documents complémentaires personnalisés.

### **ORGANISATION :**

Cette formation de 38h est dispensée pour un groupe de 8 à 20 participants, de 9h à 12h30 et de 14h30 à 18h00 sauf J1 début à 10h et J6 de 9h à 12h30.

**Session 1 (au choix) :** - du 9 au 14 avril 2022  
- du 12 au 17 décembre 2022

#### **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 :** Gite La Pierre à Echay - Doubs 25440. Gare de Mouchard (puis taxi ou co-voiturage).  
<http://www.gitelapierre.fr/>.

### **TARIFS :**

#### **Session 1 :**

- Employeur : 900€
- Libéral : 675€ (200€ d'arrhes)
- Particulier : 450€ (130€ d'arrhes)

Nos prestations de formation sont exonérées de TVA au titre de l'article 261-4 4° 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 de règlement disponibles sur notre site internet [www.afpup.org](http://www.afpup.org).

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-afpup.dendreo.com>.

Vous pouvez joindre la coordinatrice des formations et des stagiaires par mail à l'adresse [secretariat@afpup.com](mailto:secretariat@afpup.com)

*Dernière mise à jour le : 8 février 2022*