

# PERFECTIONNEMENT À LA PRATIQUE DES GESTES CONSCIENTS D'APAISEMENT® - NIVEAU 2

UNE PRATIQUE PSYCHOCORPORELLE POUR L'ACCOMPAGNEMENT ET LES SOINS DE PROXIMITÉ

## PRÉAMBULE

Suite à la première session d'initiation à la pratique des GCA®, nous proposons cette session de perfectionnement pour travailler autour des retours d'expériences des professionnel·le·s, formé·e·s initialement, afin de renforcer leur confiance dans cette pratique et de donner corps à leur expertise.

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Travailler sur les émotions pour proposer à la personne soignée et/ou accompagnée le geste juste.
- Renforcer la pratique des techniques d'application des GCA®, faire confiance à ses mains.
- Appliquer la pratique des GCA® dans une démarche de soin et/ou d'accompagnement réfléchi et structurée, inscrite dans une pratique régulière.

## COMPÉTENCE(S) RENFORCÉE(S)

- Appliquer les techniques des GCA® en respectant le protocole d'application pour faciliter un accompagnement ou un acte de soin de proximité et apaiser une situation de tension physique ou psychique.

## PUBLIC CONCERNÉ

Professionnel(le)s des établissements et des services médico- sociaux, sociaux et de santé / Formation concourant au développement et au renforcement des compétences pratiques et techniques pour l'accompagnement de proximité des personnes dépendantes, en situation de handicap, de soin et de perte d'autonomie.

## PRÉ-REQUIS

- Gestes Conscients d'Apaisement (Niveau 1)

<b>Tarifs (Hors frais de déplacement)</b>	<b>830 € NET</b> par participant <b>5240 € NET</b> par groupe
<b>Durée</b>	<b>28 heures / 4 jours</b>
<b>Effectif par session</b>	<b>6 mini &gt; 12 maxi</b>
<b>Modalité</b>	<b>Présentiel</b>
<b>Niveau indicatif de formation</b>	<b>Niveau 6</b>
<b>Délai d'accès</b>	Mise en œuvre réalisée sur demande
<b>Accessibilité</b>	L'Atelier des Pratiques et les établissements d'accueil mettent à disposition des locaux adaptés à l'accueil d'un public en situation de handicap. Si besoin d'une aide technique pour le suivi de la formation, nous contacter.
<b>Contact</b>	0256610194 organisation@atelierdespratiques.fr www.atelierdespratiques.fr
<b>Réf.</b>	<b>M005_GCA2</b>
<b>Date version</b>	Janvier 2025

# PROGRAMME

## Exploitation des retours d'expériences des stagiaires

- Les bénéfices observés auprès des personnes soignées/accompagnées, dans leur pratique des GCA®.
- Les bénéfices observés pour les stagiaires eux-mêmes.
- Les limites et les difficultés rencontrées dans la pratique des GCA®.

## Révisions sur l'impact physiologique, psychologique et émotionnel de l'utilisation du toucher dans la relation de soin et d'accompagnement

- Le processus sensoriel du toucher par la transition communication verbale-non verbale : observer, écouter et toucher (écoute active).
- Approfondissement des concepts théoriques et pratiques du toucher clair (Pression, Sens, Rythme) et du processus hypnotique du toucher.
- Les perceptions de base (toucher, mouvement, vibration).

## Renforcement de l'expérimentation de la dimension perceptive du toucher en tant que donneur et receveur et consolidation de la pratique des différents GCA®

- Les postures ergonomiques en respectant son propre corps.
- L'amélioration de l'application d'un toucher clair (Pression Sens Rythme) dans sa pratique avec l'autre.
- L'analyse de son ressenti et l'intégration dans l'ajustement de sa pratique.
- L'observation des effets de la pratique du toucher clair sur la personne.
- Consolidation de la pratique des GCA® sur les membres supérieurs et les mains, les membres inférieurs et les pieds, la tête et le visage, le dos, la zone antérieure du corps

## Consolidation de l'application des GCA® dans une démarche structurée inscrite dans les soins quotidiens

- Ajustement de la pratique des GCA® en fonction de l'âge, de la situation et de la demande exprimée.
- Intégration de l'approche globale des soins par la Réflexinésie®.

## Perfectionnement des techniques des GCA® dans les actes d'accompagnement et de soins spécifiques

- Douleurs, anxiété, troubles cognitifs, soins palliatifs, agressivité, prostration.
- Analyse approfondie du cadre d'application.

## MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- Expériences entre stagiaires pour expérimenter les sensations, les perceptions et intégrer de manière approfondie la notion de conscientisation.
- Retours sur expérimentations en situation professionnelle (pour ce niveau 2).
- Exercices pour renforcer les différentes techniques.
- Analyse des pratiques.
- Apports de connaissances scientifiques et conceptuels (dossier technique remis au stagiaire)

### INTERVENANT·E·S

Formateurs·rices spécialisé·e·s dans l'utilisation des techniques du toucher dans les soins et l'accompagnement de proximité et dans la prise en charge non pharmacologique de la douleur

### SUIVI & ÉVALUATION

Exercices et mises en situation.  
Questions ouvertes.  
Retour d'expérience

### CERTIFICAT DE RÉALISATION

Les Gestes Conscients d'Apaisement®  
(Niveau 2)