



## Formation professionnelle Via Corpo

### *L'intelligence du corps comme levier de transformations*

Niveau 1 : Les fondamentaux

\*\*\*\*\*

Vous êtes coach, psy, consultant, formateur, manager ? Vous pressentez le rôle central du corps vous cherchez comment l'intégrer dans les transformations que vous accompagnez ?

Apprenez à mettre en jeu l'intelligence corporelle pour accélérer les mises en action des transformations tout en prenant soin des personnes et des équipes.

\*\*\*\*\*

#### **Objectif de la formation**

---

##### *Objectif général :*

Intégrer des clés de lecture et de mise en mouvement de l'intelligence du corps dans les pratiques d'accompagnement, de formation ou de management.

##### *Objectifs opérationnels :*

- Enrichir ses propres ressources physiques et cognitives à partir d'une mise en mouvement de l'intériorité corporelle
- Acquérir des clés de lecture précises du corps et du mouvement pour identifier les potentiels et accompagner leur déploiement
- Maîtriser de nouveaux outils d'analyse des fonctionnements individuels et collectifs à partir des lois du mouvement naturel
- Accroître sa créativité professionnelle par des mises en situation corporelles variées des personnes et des groupes

#### **Public et conditions d'accès**

---

Accompagnateurs des transformations individuelles et collectives (coachs, consultants, formateurs, managers, RH, professionnels de la relation d'aide...)

Pour toute demande d'inscription, remplir et envoyer la fiche de renseignements préalable à l'inscription (téléchargeable sur le site de Via Corpo).

## Durée, dates et lieu

---

4 modules de 3 jours chacun, soit 12 jours pour une durée totale de 84 h de formation en présentiel.

*Dates 2019/2020* : 25, 26 et 27 septembre 2019 – 20, 21 et 22 novembre 2019 – 20, 21 et 22 janvier 2020 – 11, 12 et 13 mars 2020

*Horaires* : 9h30/12h30 – 14h/18h

*Lieu* : Groupe d'Intervention Innovation (GII), 9 Place Jacques Marette, 75015 Paris

## Formatrices

---

*Eve Berger* : docteure en Sciences de l'éducation, coach, consultante et formatrice en intelligence du corps, professeure associée en université (Portugal, Québec).

*Brigitte Dubois* : praticienne et formatrice en Pédagogie Perceptive et coaching perceptif, master en psychopédagogie perceptive.

## Programme de la formation

---

### *Module 1. Dynamiser la vitalité, bien gérer le temps et l'énergie*

- Comprendre le rôle du corps dans les interactions et les transformations : le sens du mouvement comme initiateur de nouveaux possibles, l'inscription corporelle de l'expérience, la force de transformation individuelle et collective, la trilogie universel/singulier/collectif
- Connaître les critères d'analyse des mouvements naturels du corps (orientation, amplitude, vitesse, cadence) et leurs significations pour la conduite de l'accompagnement
- Expérimenter comment l'intelligence du corps assure la vitalité physique et émotionnelle : l'art de la lenteur et du point d'appui, la dynamique action-ressourcement – application à la mise en mouvement de l'axe vertical du corps (vision/concrétisation, croissance/ancrage)
- Guider une personne dans le respect de son biorythme sensoriel et la relance de sa vitalité face aux problématiques de temps, de stress et de fatigue

### *Module 2. Faciliter la mise en action des transformations*

- Comprendre et expérimenter l'intelligence corporelle de l'action : l'engagement corporel dans l'axe avant/arrière (approche/retrait, engagement/prise de recul), les prises d'appui, les 'zones starters', les mouvements intentionnels et les mouvements adaptatifs, les schèmes d'action
- Connaître les mécanismes corporels de résistance au changement : loi des 3 'i' (immobilité, imperception, insensibilité), identité et fonctions des différentes régions du corps dans la mise en action et son freinage
- Approfondir les critères d'analyse des mouvements naturels du corps (orientation, amplitude, vitesse, cadence) et leurs significations pour la conduite de l'accompagnement
- Analyser l'engagement corporel d'une personne pour identifier et valoriser ses stratégies singulières de mise en action, lui proposer des situations pour renforcer ses points d'appui, remettre en mouvement ses zones d'immobilité, augmenter sa puissance et sa fluidité d'action

### *Module 3. Enrichir les interactions avec l'environnement*

- Comprendre et expérimenter comment l'intelligence du corps gère l'échange entre soi et le monde : le cycle divergence /convergence, la danse corporelle du donner/recevoir, l'articulation singularité/environnement, contrainte/liberté, structure/créativité
- Expérimenter et savoir guider l'engagement corporel d'une personne dans l'axe transversal : stabilité des appuis, déploiement de l'envergure personnelle
- Comprendre et expérimenter les 3 espaces de déploiement de l'action et de la relation : espace intra-corporel (avec l'intimité de soi), péri-corporel (avec l'environnement proche), extra-corporel (avec le monde)
- Approfondir la coordination entre mouvements linéaires et mouvements circulaires dans ces trois espaces pour gagner en amplitude et en fluidité dans l'échange avec l'environnement

#### **Module 4. Intégrer les étapes de mise en jeu de l'intelligence corporelle dans l'accompagnement**

- Intégrer les 3 axes et les 4 schèmes fondamentaux de l'intelligence du corps : inspiration/opérationnalisation, engagement vers le monde/retour à soi, balayage des possibles, variation des points de vue
- Proposer une séance complète d'accompagnement : écouter le besoin et la demande du client, choisir un exercice corporel adapté, guider la réalisation gestuelle, valider et ancrer les points forts, identifier les potentiels à déployer, proposer une situation d'innovation corporelle, accompagner le déploiement, faire le lien avec la demande de départ, accompagner la phase d'ancrage et les étapes d'intégration dans l'environnement professionnel du client.
- Transposer les grilles de lecture des lois du vivant pour analyser une situation, un projet, une problématique ou une équipe comme un corps vivant

#### **Coût de la formation**

---

3600 € HT, soit 4320 € TTC.

Payable par module (900 € HT, soit 1080 € TTC, pour chaque module)

#### **Encadrement et modalités pédagogiques**

---

L'encadrement de la formation est assuré directement par le formateur qui garantit le respect du programme de formation tout en adaptant son exposé de façon à permettre aux participants de progresser tout au long de l'action de formation.

La formation alterne mises en situation pratiques et synthèses théoriques. La pédagogie, en grande partie expérientielle, permet des apprentissages incluant et reliant les intelligences sensorielle, émotionnelle, relationnelle et cognitive. Vous acquérez ainsi en profondeur vos nouvelles connaissances et compétences, que vous intégrez de manière durable dans votre posture et vos fonctions.

#### **Moyens permettant de suivre l'exécution de l'action de formation**

---

Le suivi de l'exécution de l'action de formation est assuré par l'émergence, pour chacun des stagiaires, d'une feuille de présence pour chaque demi-journée de formation.

#### **Moyens permettant d'apprécier les résultats de l'action de formation**

---

La procédure d'évaluation des résultats de la formation est concrétisée par des mises en situation supervisées et par un questionnaire soumis aux stagiaires à l'issue de la formation.



**Via Corpo est un organisme de formation référencé au Datadock**