

Formation professionnelle Via Corpo

L'intelligence du corps comme levier de transformations

Cycle 1 – Les fondamentaux

PRÉSENTATION GÉNÉRALE DE LA FORMATION ET DE SES OBJECTIFS

- Cette formation s'adresse aux porteurs de projets individuels, aux initiateurs de transformations collectives et aux professionnels qui les accompagnent, qui souhaitent faire de l'intelligence du corps un modèle inspirant et un appui concret pour faciliter les processus de création et de transformation.
- Elle offre des clés de lecture et de mise en mouvement du corps permettant d'activer de puissants leviers de transformation, d'enrichir les postures relationnelles et d'accélérer les mises en action, tout en prenant soin des personnes et des équipes.
- En amont de la méthodologie proprement dite, la formation propose une démarche globale d'accompagnement qui met en lien la dynamique des corps en mouvement, les principes du vivant qui s'y jouent et les processus d'interaction et d'évolution des personnes et des organisations.
- Les modèles théoriques qui sous-tendent cette démarche sont pluridisciplinaires et intégratifs : neurosciences du mouvement et de l'action, psychologie cognitive, psychopédagogie de la perception, systémie.
- La pédagogie, centrée sur l'expérience, relie les intelligences sensorielle, émotionnelle, relationnelle et réflexive, pour un apprentissage impliquant et transformateur. Les nouvelles connaissances et compétences s'intègrent ainsi durablement dans la posture et les fonctions des participants. Un programme spécifique d'exercices corporels en ligne complète la formation présentielle.
- Les objectifs visés au terme de la formation sont :
 - Enrichir ses propres ressources physiques, émotionnelles et cognitives grâce à la mise en mouvement de l'intériorité corporelle
 - Acquérir des référentiels précis de lecture de la dynamique interne du corps pour identifier les ressources d'une personne et faciliter leur déploiement et leur mise en œuvre
 - Développer, à partir de la connaissance des mouvements physiologiques du corps, de nouveaux outils d'analyse des fonctionnements individuels et collectifs
 - Accroître sa créativité professionnelle par des mises en situation corporelles variées des personnes et des groupes

POUR APPROFONDIR :

Retrouver l'intelligence du corps, une urgence dans nos organisations et nos modes de vie
Ève Berger-Grosjean, InterEditions (Dunod)

PROGRAMME DE LA FORMATION

Module 1. Dynamiser la vitalité, développer une organisation écologique du temps et de l'énergie, favoriser la dynamique ancrage/vision

- Comprendre le rôle du corps en mouvement dans les processus d'interaction et de transformation des personnes et des groupes : le corps comme lieu de perception, d'action et relation – le sens du mouvement comme initiateur de nouveaux possibles – l'architecture et la dynamique interne des fascias : notion de tenségrité – la trilogie universel/singulier/collectif
- Connaître les critères d'analyse du mouvement : orientation, amplitude, vitesse, cadence, et leurs significations pour la compréhension des modalités singulières d'être, d'agir et d'entrer en relation d'une personne
- Comprendre et intégrer par l'expérience concrète comment l'intelligence du corps assure la vitalité physique et la stabilité émotionnelle : l'art de la lenteur et du point d'appui, le biorhythme sensoriel et le cycle action/ressourcement – Fonctions spécifiques des mouvements de l'axe vertical du corps : le rôle du monobloc médian (bassin, colonne vertébrale, cage thoracique) – les significations de la posture humaine en verticalité – la dynamique vision/concrétisation, croissance/ancrage
- Analyser et décoder les manières singulières d'une personne de s'inscrire dans sa verticalité et de gérer corporellement sa dynamique action/repos – lui proposer des situations pour favoriser la perception et le respect de son rythme interne, entretenir sa vitalité face aux problématiques de temps, de stress et de fatigue, prendre appui sur sa verticalité pour développer sa stabilité et sa créativité personnelles

Module 2. Accélérer la mise en action et lever ses freins, faciliter la dynamique engagement/prise de recul

- Comprendre et expérimenter comment l'intelligence du corps en mouvement gère le passage à l'action : fonctions spécifiques des mouvements 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 – l'identité et les fonctions des grandes régions du corps dans le passage à l'action et dans son freinage : appuis avant/arrière au sol, articulations des membres inférieurs et des membres supérieurs, bassin et colonne vertébrale, tête
- Approfondir les critères d'analyse des mouvements naturels du corps : orientation, amplitude, vitesse, cadence, et leurs significations pour la conduite de l'accompagnement
- Connaître et savoir libérer par le mouvement les mécanismes corporels de résistance à la mise en action – la loi des 3 i : immobilité, imperception, insensibilité
- Analyser l'engagement corporel d'une personne pour identifier et valoriser ses stratégies singulières de mise en action, lui proposer des mises en situation pour renforcer ses points d'appui, remettre en mouvement ses zones d'immobilité, augmenter sa puissance et sa fluidité d'action

Module 3. Favoriser le déploiement de l'envergure individuelle, corporelle et psychologique

- Comprendre et expérimenter comment l'intelligence du corps en mouvement invite au déploiement de l'envergure personnelle, corporelle et psychologique : les fonctions spécifiques des mouvements dans l'axe transversal – les épaules et la carrure – la prise d'appui transversale au sol – le déploiement des ailes : articulations des membres supérieurs avec le tronc, lien avec les déplacements dans l'espace, gestion des variations de vitesse articulaire
- Comprendre et expérimenter les 3 espaces de déploiement de l'envergure corporelle et psychologique : l'espace intra-corporel (dans l'intimité de soi), péri-corporel (dans l'environnement proche), extra-corporel (dans le monde)
- Analyser l'engagement corporel d'une personne dans son axe transversal pour identifier et valoriser son envergure singulière, lui proposer des mises en situation pour renforcer la stabilité de ses appuis, remettre en mouvement ses zones d'immobilité, l'inviter au plein déploiement de sa singularité dans le monde
- Développer une vision de l'action et de la relation comme arts du déséquilibre créatif, et proposer des situations pour la mettre en œuvre concrètement, en individuel et en collectif

Module 4. Permettre de nouvelles interactions fécondes avec l'environnement

- Comprendre et expérimenter comment l'intelligence du corps assure et déploie les possibilités d'échange entre soi et le monde : le cycle divergence/convergence – la dynamique corporelle du donner/recevoir – la coordination entre mouvements intentionnels (linéaires) et mouvements adaptatifs (circulaire) au service de la relation et de la communication avec l'environnement
- Intégrer et savoir guider une personne dans les 3 axes et les 4 schèmes fondamentaux de l'action et de la relation – accompagner l'émergence de nouvelles associations entre contrainte et liberté, entre structure et créativité

- Guider 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 personnel et 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 en mouvement

PUBLIC ET CONDITIONS D'ACCÈS

Accompagnateurs des transformations individuelles et collectives : coachs, consultants, formateurs, thérapeutes, cadres dirigeants...

Pour toute demande d'inscription, rendez-vous sur viacorpo.fr

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 2020/2021 : 28 au 30/09/2020 – 30/11 au 2/12/2020 – 01 au 03/02/2021 – 29 au 31/03/2021

Horaires : 1er jour : 10h00/12h30 – 14h/18h - 2eme et 3eme jour : 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). Auteure de Retrouver l'intelligence du corps, une urgence

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

COÛT DE LA FORMATION

3600 € HT, soit 4320 € TTC.

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

ENCADREMENT ET MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

La formation alterne mises en situation pratiques, synthèses théoriques et intégrations réflexives.

L'encadrement est assuré directement par les formatrices qui garantissent le respect du programme tout en adaptant leurs interventions pour permettre aux participants de progresser tout au long de l'action de formation.

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'émargement, 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

Via Corpo • 5 rue du Général Clergerie • 75016 Paris • 06 82 12 10 64 • eveberger@viacorpo.fr

SARL au capital de 5.000 € – RCS Paris 791 056 674 – NAF 7022 Z

SIRET 791 056 674 00017 – TVA intracommunautaire FR44791056674

Déclaration d'activité n° 11 75 50927 75 auprès du Préfet de Région d'Île-de-France - Organisme référencé au Datadock