



## "Structures"

### Corps/ Accordages : Un corps Mouvant et Sensible

Benoit LESAGE

DATES : 2-5 mai 2024

Lieu : Toulon

#### ~ PRESENTATION

On accorde un piano, un orchestre, on crée un accord en faisant vibrer plusieurs notes qui ont des harmoniques communes. On s'accorde sur un thème, un point de vue, une déclaration.

Et le corps ? Il s'accorde lui aussi comme un instrument : accordage de soi et accordage à l'entour.

**En tant que système de tension**, de tenségrité plus précisément, il faut ajuster sans cesse la tension des éléments qui le composent et l'agissent : modulation et ajustement des tensions musculaires, fasciales, de l'attention.

**En tant que système de relation**, accordage entre les corps, qui se joue au niveau tonique, postural, gestuel.

Nous travaillons aux deux niveaux :

- un travail corporel qui ouvre la sensorialité, affine les coordinations,
- un accordage aux partenaires, au groupe, qui se joue aux trois niveaux : espace, temps énergie (tonicité)

Par le mouvement, le jeu, les différentes modalités du dialogue moteur, l'expressivité qui en résulte joue la dynamique accord / désaccord / ré-accordage, entre identification et différenciation.

L'accordage n'est pas un consensus, c'est une pièce essentielle de l'individuation.

Il s'agira de se mettre d'accord pour que chacun joue sa partition !

L'accordage nous conduit aussi à affiner notre toucher : savoir poser nos mains, mais aussi engager tout notre corps de façon sensible et respectueuse, pour éveiller le mouvement, avec ses directions, ses nuances.



→ **Ce stage** propose un **laboratoire** d'expérimentation sensorielle et motrice; il développe une qualité d'écoute, de soi, du partenaire et du groupe, et d'accompagnement respectueux et sensible.

## ~ OBJECTIFS ET COMPETENCES VISEES :

### A l'issue de la session, le/la stagiaire

- Aura élaboré une conscience corporelle par l'expérimentation et étayée par des documents référencés
- Aura expérimenté les bases et règles –techniques et éthiques- d'un toucher sensible
- Aura questionné sa posture de thérapeute psychocorporel, ou sa pédagogie d'enseignant en techniques corporelles.
- Saura proposer des dispositifs d'expressivité corporelle en groupe

## ~ CONTENUS ET METHODOLOGIE DE LA FORMATION :

Pratique : Dispositifs d'exploration corporelle faisant appel au mouvement au sein du groupe pour expérimenter :

- modulation tonique et sensorialité par des propositions issues des approches somatiques
- approche du toucher et de l'écoute tissulaire
- accompagnement d'un partenaire par le toucher et le mouvement guidé
- Dispositifs d'expressivité groupale

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

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

Evaluation et analyse des acquis théoriques et pratiques

Proposition d'entretien individualisé avec les stagiaires pour dégager des axes d'amélioration

Suivi post-stage sous forme d'échanges internet (entretiens, documents).

La méthode pédagogique développe des compétences de soins s'inscrivant dans la catégorie des thérapies non médicamenteuses, validées par la HAS

## ~ MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES :

L'expérimentation est le pilier de notre pédagogie, articulée immédiatement avec la théorie et menant directement à des liens dans la pratique professionnelle.

Documents pédagogiques :

- Avant la session : Notes préalables envoyées deux semaines avant la session
- Pendant la session : Documents vidéo cliniques pour permettre au stagiaire d'établir des liens entre le travail proposé et sa pratique professionnelle (qu'elle soit clinique, éducative ou pédagogique).
- Après la session (envoi internet ou récupérable sur place sur clé USB) :
  - Notes et articles complémentaires selon les demandes spécifiques des stagiaires
  - Références musicales utilisées
  - Bibliographie de référence et liens consultables sur le web

## ~ MODALITÉS DE SANCTION DE LA FORMATION :

- Feuilles de présence signées chaque demi-journée par les stagiaires et le formateur
- Attestation de présence individuelle
- Auto-évaluation des stagiaires en fin de stage par questionnaire de satisfaction (bilan pédagogique et bilan administratif)
- Suivi post-stage sous forme d'échange de mail (ou par téléphone ou visiocontact internet) : analyse de pratique et communication de documents complémentaires personnalisés

## ~ PUBLIC ET PRE-REQUIS

- **Professionnels de la relation d'aide engageant une médiation corporelle.**

Sont particulièrement concernés les psychomotriciens, éducateurs, infirmiers et autres paramédicaux qui souhaitent mettre en place des groupes de Danse-Thérapie ou de travail corporel en institution.



- Enseignants en danse ou techniques de mouvement (arts énergétiques, cirque, théâtre corporel...)
- Danseurs ou artistes qui souhaitent travailler en milieu institutionnel dans une visée thérapeutique ou psychopédagogique.  
Aucun niveau technique n'est requis (Niveau d'études : bac ou équivalent conseillé)

### ~ ORGANISATION ET MOYENS TECHNIQUES

- Formation présentielle continue : stages ouverts regroupant des stagiaires de plusieurs institutions, professions libérales, ou en cours d'orientation professionnelle
- Salle adaptée au travail corporel (4 mètres carrés par personne minimum, sol adéquat, confort thermique, sanitaires)

**TARIFS :**

- **Prise en charge employeur : 800€**
- **Libéraux prise en charge FIFPL : 600€**
- **Personnes auto-financées : 400€**

**INSCRIPTIONS et RENSEIGNEMENTS :** Benoit Lesage 06 74 51 37 84 [benoit.lesage@irpecor.com](mailto:benoit.lesage@irpecor.com)

- **Nombre de stagiaires :** jusqu'à 18 personnes
- **HORAIRES :** 9h-12h30 et 14h15-18h30  
J1 début à 10h - J4 : 9h-13h
- **Volume horaire total :** 28 heures

#### • **Benoît LESAGE (Jougne) :**

Docteur en Sciences Humaines, médecin, médecin du sport, danseur, danse-thérapeute, membre fondateur de la Société Française de Danse-Thérapie. Certifié en Analyse du mouvement selon Laban-Bartenieff (pré-requis) Titulaire de la Dispense du Diplôme d'Etat de Danse, Médecin fédéral de la Fédération Française de danse (1990-1991)

Chargé de cours au cursus de psychomotricité de Paris VI-Salpêtrière (depuis 2000-2021)

Maître de conférences à la faculté des sports (Reims : 1993-1997) chargé de cours dans divers cursus universitaires. Intervient de façon régulière dans les formations européennes de danse-thérapie (Italie, Suisse) et les colloques universitaires (Milan, Evora, Bruxelles, Genève).

Est intervenu dans les formations aux diplômes d'Etat de danse, de tai-chi-chuan et de Qi Gong. Fondateur et directeur d'IRPECOR (1997). Auteur de *La Danse dans le Processus Thérapeutique* (Ed Erès 2006), de *Jalons pour une pratique psychocorporelle / Structure, Etayage, Mouvement et Relation* (Ed Eres 2012) et de *Un corps à construire* (Ers 2021). Auteur de nombreux articles depuis 1997). Exercice de la médecine générale en cabinet libéral. Est intervenu de façon régulière en pédopsychiatrie (CHU) et dans diverses institutions recevant des personnes porteuses de handicaps divers (moteur, sensoriel, psychiatrique). Formateur en institution et pour le compte de divers organismes de formation référencés.



### **Lieu du stage : LE REVEST (Toulon)**

Pas d'hébergement proposé



## "Structures"

### Corps/ Accordages : Un corps Mouvant et Sensible

#### PROGRAMME

Horaires : 9h-12h30 – 14h-17h30  
Suaf J : 9h-13h

#### **J1**

##### *Matin*

Accueil / Présentation du stage et des objectifs.  
Pratique corporelle : introduction par le mouvement – Ecoute et accordage postural

##### *Après midi*

Elaboration théorique-clinique du travail du matin-  
Pratique corporelle : poids, appuis, soutien

#### **J2**

##### *Matin*

Conscience corporelle et harmonisation tonique et posturale :  
Accompagnement et modulation tonique

##### *Après-midi*

Pratique corporelle : accompagner la mobilité  
liens théorico-pratico-cliniques  
Ecoute et dialogue tissulaire

#### **J3**

##### *Matin (9-11h00)*

Pratique corporelle  
Ecoute et accompagnement au mouvement

##### *Après midi*

Pratique corporelle : accompagner la mobilité  
liens théorico-pratico-cliniques  
Ecoute et dialogue tissulaire

#### **J4**

##### *Matin*

Conscience corporelle et harmonisation tonique et posturale.  
Synthèse du stage  
Bilan  
Rituel final

