

## SUIVI ET MAINTIEN DE LA PRATIQUE DES GESTES CONSCIENTS D'APAISEMENT® - NIVEAU 3

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

### PRÉAMBULE

Les formations GCA® niveaux I et II ont permis aux stagiaires de conscientiser l'impact de la valeur de leurs gestes tant sur eux en qualité de receveur, que sur les résidents/patients en qualité de donneur. Ces 2 premiers niveaux leurs ont permis également d'acquérir des techniques de toucher précises utilisées dans les gestes quotidiens ou lors de soins spécifiques.

Ce troisième niveau de formation consacré au GCA® vient compléter les niveaux I et II, pour permettre aux professionnels de maintenir leurs compétences dans la pratique des GCA® dans l'accompagnement et les soins de proximité, par l'actualisation et/ou l'acquisition de nouvelles connaissances et techniques.

Ce troisième niveau a également pour objectif de maintenir la motivation des professionnels à pratiquer des GCA® dans l'accompagnement des gestes de la vie quotidiens des résidents/patients, en partageant et en valorisant leur expériences.

La durée de la formation est variable selon les besoins.

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Actualiser ses connaissances de la "dimension perceptive positive" dans l'accompagnement et les soins de proximité.
- Maintenir les techniques des GCA® acquises et expérimentées.

### COMPÉTENCE RENFORCÉE

- 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 (Niveaux 1 et 2)

<b>Tarif/jour (Hors frais de déplacement)</b>	<b>190 € NET</b> par participant <b>1300 € NET</b> par groupe
<b>Durée</b>	<b>1 à 3 jours selon les besoins (7 à 21h)</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>M022_GCA3</b>
<b>Date version</b>	Mars 2024

## PROGRAMME

### LA OU LES JOURNÉES DE FORMATION S'ARTICULENT AUTOUR DES ACTIVITÉS SUIVANTES :

#### Ré - interroger ses propres réactions au toucher et ce qu'elles impliquent

- Identification et analyse de ses propres relations au toucher : comprendre et exprimer ses émotions, ses ressentis
- Quel sens donne-t-on à ces gestes pour soi et pour la personne soignée ?
- Observation et identification des effets sur la personne dans sa tolérance et sa compliance aux soins

#### Actualiser ses connaissances et sa pratique des GCA®

- Révision des différentes techniques de GCA®
- Application et ajustement d'un soin par le toucher en fonction d'un état et/ou d'une demande

#### Le toucher dans l'accompagnement et les soins quotidiens

- Analyse de situations, débriefing et proposition de piste d'intervention ciblée
- Evaluation de sa pratique des GCA® en intervention auprès de la personne et adaptation en fonction des effets observés
- Méthodologie dans la proposition d'un projet de soin et d'accompagnement somatique et corporel

#### Exercices pratiques

- Les techniques des GCA®
- Le développement de son écoute.
- La lecture corporelle.
- Le ressourcement : reprendre de l'énergie.

## MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques et pratiques.
- Mises en situation et exercices pratiques.
- Etude de cas et mise en place de projets.

### 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 3)