



## LES GESTES CONSCIENTS D'APAISEMENT® - NIVEAU 1 (GCA® - NIV.1)

### PRÉAMBULE

L'objectif de cette formation est de prendre conscience que soigner et toucher sont intimement liés. Au travers du contact, le soignant accompagne, encourage, stimule... Il s'agit de développer un savoir-faire sur le Toucher et la Médiation Corporelle, pour améliorer le savoir-être dans le quotidien de la relation et plus spécifiquement d'outiller les professionnels dans la pratique des Gestes Conscients d'Apaisement® (GCA®). Les GCA® regroupent toutes les interventions tactiles du soignant auprès des patients, de personnes en situation de handicap et de dépendance, du simple contact à l'élaboration d'un geste relationnel plus élaboré. Le GCA® améliore la communication et la perception positive par un geste précis, présent et positif.

Ce premier niveau de formation a pour objectif de développer des techniques de soins basées sur le toucher afin d'améliorer la relation de soin et d'accompagnement, la communication et la perception positive auprès des personnes en situation de soin, de dépendance et de handicap.

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Connaître le processus sensoriel du toucher.
- Repérer la "dimension de perception positive" du toucher sur soi-même en tant que donneur et receveur.
- Comprendre le processus d'application des GCA®.
- S'exercer au processus d'application des GCA®.
- S'initier à la pratique des GCA® dans l'accompagnement et les soins de proximité.

### COMPÉTENCE RENFORCÉE

- Intégrer la pratique des GCA® (Niveau. 1) dans l'accompagnement et les soins de proximité.

### 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

- Inscription individuelle : prise en compte de l'expérience et/ou du diplôme (Niv. 2 minimum du secteur médico-social ou soin).

<b>Tarif</b>	750€ / participant
<b>Dates</b>	9, 10 et 11 janvier 2024 ou 9, 10 et 11 avril 2024
<b>Horaires</b>	9h30-12h30 et 14h-18h
<b>Lieu</b>	L'Atelier des Pratiques, PA du Val Coric, 56380 GUER
<b>Durée</b>	<b>21 heures / 3 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>Accessibilité</b>	- Sur site, l'établissement d'accueil met à disposition des locaux adaptés à l'accueil d'un public handicapé. - L'Atelier des Pratiques possède des locaux adaptés (UFR/PMR). - Besoin d'une aide technique spécifique (LSF,...) : nous contacter.
<b>Contact</b>	0685074564 f.ferey@atelierdespratiques.fr www.atelierdespratiques.fr
<b>Réf.</b>	<b>PRO-000862</b>
<b>Date proposition</b>	Septembre 2023



# PROGRAMME

## Les bases des techniques du Toucher et du GCA®

- Présentation de l'ensemble des manifestations physiques et psychologiques du toucher et les répercussions sur la relation.
- Les aspects psychosociologiques du toucher.
- Définition des techniques du toucher : Les Gestes Conscients d'Apaisement® (GCA®).
- Intérêt des techniques du toucher dans l'approche des personnes en situation de soin et de dépendance.
- La sensation du toucher dans la communication non verbale : savoir observer avant de toucher.
- Le rôle du soignant/accompagnant : Attitudes, Compétences, Techniques.
- Comprendre ses propres réactions et ses limites.
- Comment établir une communication avec le toucher et l'écoute active.
- Travaux pratiques dirigés permettant le lien entre l'apprentissage et l'intégration dans les soins quotidiens.
- Les mains : symbolique, anatomie – Les mains et le GCA®.

## Le toucher et le GCA® dans la pratique de soin et d'accompagnement de proximité

- La place du toucher face aux situations difficiles : prostration, douleur, demande déguisée.
- Le rôle des techniques du toucher dans la prise en charge des personnes agressives.
- Les indications et les contre-indications.
- Comment établir une communication avec le toucher et l'écoute active.
- Application des gestes Conscients d'Apaisement pendant les soins.
- Du simple geste à l'application de techniques : le GCA® et toucher du dos.

## L'apprentissage des techniques du Toucher et du GCA®

- Du simple geste à l'application de techniques (suite) : comment aborder les différentes zones du corps en fonction des pathologies.
- Apprentissage des différentes techniques de Toucher – Les GCA® : mains, visage, pieds, diaphragmes, positions antalgiques.
- Evaluation des acquis de formation : mises en situation sur les techniques du Toucher et du GCA®.
- Travaux pratiques : cadre d'application.

## Études de cas

- Révisions des différentes approches selon les applications pratiquées par les stagiaires sur le terrain.
- Etudes de cas.

# MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques et méthodologiques / Mises en situations et expériences.
- Cas concrets, études de situations et analyse des pratiques.
- Documents techniques remis au stagiaire.

### INTERVENANT

Aurélien GUION,  
Formateurs spécialisés 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 d'expériences sensorielles,  
Questions ouvertes,  
Retour d'expérience

### ATTESTATION DE FORMATION

Les Gestes Conscients d'Apaisement®  
(Niveau 1)