

Camille
Le Malefan
Le Corps Accordé

Formations





Qui je suis

Engagée dans les approches corporelles et la relation d'aide, je suis convaincue de l'impact du corps dans les pratiques d'accompagnement : placer le corps au cœur du soin, comme matière première de soi et de la relation.

Mon parcours

Formée en psychologie et en travail social, j'ai longtemps accompagné des personnes fragiles et y ai vite amené la pratique corporelle comme une médiation permettant une conscience de soi et de l'autre.

D'abord formée en Shiatsu, je pratique depuis plusieurs années les massages indiens, balinais et périnatalité prenant en compte toutes les dimensions de la personne. J'explore aussi intensément les pratiques psychocorporelles de la danse, du yoga et de la sophrologie.

En 2016, je crée ma propre activité en soins individuels et en médiation corporelle auprès des établissements spécialisés, avant de me passionner aussi pour la formation et la transmission de ces savoirs-faire.



Vous, professionnels

2

Vous êtes

- **Professionnel de la relation d'aide** : social, santé, médical, paramédical, thérapie. Vous êtes salarié ou indépendant, et avez déjà une pratique du terrain

Vous souhaitez

- **Dynamiser** votre pratique et votre parcours professionnel
- **Élargir** vos compétences et **enrichir** votre pratique
- Avoir de nouveaux **outils** en accord avec votre pratique professionnelle

Avec ces formations, vous

- **Mobilisez** vos compétences existantes, savoirs-faire et savoirs-être à travers une nouvelle approche
- **Approfondissez** de nouvelles compétences pour améliorer votre pratique et votre positionnement
- **Acquérez** de nouveaux outils applicables dans votre champ professionnel

Camille
Le Malefan

FORMATRICE - INTERVENANTE EN MÉDIATION CORPORELLE

SIRET 81755628500044 • Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 53351067935 auprès du préfet de région Bretagne • camillelemalefan@gmail.com • 0686804274

www.camillelemalefan.fr

MOTS CLES
toucher, corps,
relation,
communication,
collaboration,
émotions, soin,
outils, stress,
prévention,
régulation

MES FORMATIONS

Médiations corporelles

Le toucher relationnel dans la relation d'aide - p. 6

Techniques de relaxation dans la relation d'aide - p. 7

Techniques de massage adaptées dans la relation d'aide - p. 8

Outils de l'accompagnement

Les écrits professionnels : identification et méthodologie - p. 12

Communication Non Violente et entretien d'aide* - p. 13

Facilitation de groupe : outils collaboratifs et animation* - p. 14

Pratiques professionnelles

Gérer son stress et ses émotions par l'approche psychocorporelle - p. 9

La juste distance dans sa pratique professionnelle : on est d'ac(corps) ? - p. 10

Prendre soin de soi pour prendre soin de l'autre - p. 11

* 2021

Les formations

Mes formations reflètent mon parcours, mon travail de recherche et les compétences acquises au fil de l'expérience. Elles se construisent également avec les changements sociaux et sociétaux.

De fait, elles sont **évolutives et vivantes**.

Si elles répondent à des problématiques et des besoins repérés, elles sont aussi construites et évaluées avec vous pour qu'elles trouvent sens et pertinence dans votre pratique professionnelle.

Aussi ma pratique repose sur 3 éléments :

- la **compréhension de vos besoins, contexte et demande** par une évaluation initiale
- l'**ajustement** de la formation (modalités, objectifs)
- l'**évaluation** de sa **pertinence** et de sa **mise en place** (évaluation à chaud et à 3 mois)

La dynamique de formation n'est pas un simple mouvement de passation du sachant à l'apprenant, mais bien une interaction permanente dans laquelle je vous accompagne à **faire grandir vos compétences**.

"Le plus court chemin entre soi et soi passe par l'autre" (Paul Ricoeur)



Les formations : mentions spéciales

La crise sanitaire a une répercussion immense dans tout le domaine de la formation, et ce à tous les niveaux : formation initiale, continue, méthodes pédagogiques à réinventer, implication et accompagnement des apprenants...

Dans ce contexte, il m'a été également nécessaire de **repenser mes formations, leur contenu et surtout leurs modalités.**

La question du corps étant majeure dans toute ma pratique, il m'a fallu créer, innover et inventer comment continuer à transmettre ces questions.

Aussi, certains modules peuvent être transformés en **formation à distance** : il conviendra d'en évaluer la pertinence et les modalités ensemble, selon vos besoins et votre demande.

Les formations concernées sont marquées de ce symbole :



Camille
Le Malefan

FORMATRICE - INTERVENANTE EN MÉDIATION CORPORELLE

SIRET 81755628500044 Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 53351067935 auprès du préfet de région Bretagne • camillemalefan@gmail.com • 0686804274

www.camillemalefan.fr

Médiations corporelles



Camille
Le Malefan

FORMATRICE - INTERVENANTE EN MÉDIATION CORPORELLE

SIRET 81755628500044 • Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 53351067935 auprès du préfet de région Bretagne • camillelemalefan@gmail.com • 0686804274

www.camillelemalefan.fr

Le toucher relationnel dans la relation d'aide

Objectifs de la formation

- Comprendre les fondamentaux de l'approche psychocorporelle
- Comprendre les processus majeurs de la relation d'aide
- Concevoir l'impact du corps et du toucher dans sa pratique, savoir l'analyser et l'adapter
- Avoir des outils de toucher relationnel dans sa pratique et savoir les utiliser de façon adaptée

Contenu

Les bases du développement corporel et psychocorporel : développement moteur et sensoriel, approche psychosomatique de la peau

Les enjeux psycho-affectifs du toucher : attachement, holding/handling, proxémie...

Les cercles du placement professionnel : ma profession, son cadre, ses représentations

La relation d'aide : écoute active, communication, transferts

Les besoins spécifiques des personnes accompagnées : enfants, ados, adultes, autisme, handicap, maltraitance...

Le toucher relationnel dans le quotidien de la relation : l'accueil, l'espace, la vie quotidienne...

Techniques de toucher relationnel basé sur le massage



Public concerné et prérequis

Professionnel de la relation d'aide : social, santé, médical, paramédical, thérapie ayant une pratique du terrain



Méthodes et moyens pédagogiques

Apports théoriques, étude de cas, appropriation d'outils professionnels, mise en situation



Durée

5 jours

Nombre de participants

12 maximum



Techniques de relaxation dans la relation d'aide

Objectifs de la formation

- Comprendre les fondamentaux de l'approche psychocorporelle
- Savoir identifier les différents outils de relaxation, leurs visées et leurs processus
- Savoir utiliser ces outils de façon adaptée à la personne et au cadre institutionnel

Contenu

Les bases du développement corporel et psychocorporel : développement moteur et sensoriel, approche psychosomatique de la peau

Les processus physiques et psychiques du stress et des émotions

La relaxation sans outils : mise en mouvement du corps, respiration, visualisation

Les outils matériels : objets sensoriels, musique et odeurs

Les besoins spécifiques des personnes accompagnées : enfants, ados adultes, autisme, handicap, maltraitance...

Utilisation des techniques dans le quotidien : vie quotidienne, outil d'apaisement

Animation d'ateliers en individuel et en groupe : cadre, déroulement, suivi



Public concerné et prérequis

Professionnel de la relation d'aide : social, santé, médical, paramédical, thérapie ayant une pratique du terrain



Méthodes et moyens pédagogiques

Apports théoriques, étude de cas, appropriation d'outils professionnels, mise en situation



Durée

5 jours

Nombre de participants

12 maximum



Techniques de massage adaptées dans la relation d'aide

Objectifs de la formation

- Comprendre les fondamentaux de l'approche psychocorporelle
- Savoir identifier les différentes méthodes de massage, leurs bienfaits et leur visée
- Savoir utiliser ces outils de façon adaptée à la personne et au cadre institutionnel

Contenu

Les bases du développement corporel et psychocorporel : développement moteur et sensoriel, approche psychosomatique de la peau

Les enjeux psycho-affectifs du toucher : attachement, holding/handling, proxémie...

Les processus physiques et psychiques du stress et des émotions

Les besoins spécifiques des personnes accompagnées : enfants, ados adultes, autisme, handicap, maltraitance...

Le massage sur la peau, le massage habillé, le massage avec des outils sensoriels et l'auto-massage

Utilisation des techniques dans le quotidien et toucher relationnel

Animation d'ateliers en individuel et en groupe : cadre, déroulement, suivi



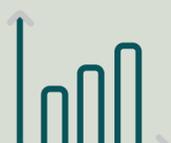
Public concerné et prérequis

Professionnel de la relation d'aide : social, santé, médical, paramédical, thérapie ayant une pratique du terrain



Méthodes et moyens pédagogiques

Apports théoriques, étude de cas, appropriation d'outils professionnels, mise en situation



Durée

5 jours

Nombre de participants

12 maximum



Pratiques professionnelles



Camille
Le Malefan

FORMATRICE - INTERVENANTE EN MÉDIATION CORPORELLE

SIRET 81755628500044 • Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 53351067935 auprès du préfet de région Bretagne • camillelemalefan@gmail.com • 0686804274

www.camillelemalefan.fr

Gérer son stress et ses émotions par l'approche psychocorporelle

Objectifs de la formation

- Comprendre les processus physiques et psychiques du stress et des émotions
- Savoir identifier et réguler son stress
- Savoir identifier, comprendre et exprimer ses émotions

Contenu

Les processus physiques et psychiques du stress et des émotions

Les bases du développement corporel et psychocorporel : développement moteur et sensoriel, approche psychosomatique de la peau

Les cercles du placement professionnel : ma profession, son cadre, ses représentations

Identification de ses limites, besoins et ressources

Outils de recentrage et d'ancrage

Outils de relaxation : respiration et visualisation

Outils de développement de ses perceptions et de sa sensorialité

Outils d'auto-massage



Public concerné et prérequis

Professionnel de la relation d'aide : social, santé, médical, paramédical, thérapie ayant une pratique du terrain



Méthodes et moyens pédagogiques

Apports théoriques, étude de cas, appropriation d'outils professionnels, mise en situation



Durée

5 jours

Nombre de participants

12 maximum



La juste distance dans sa pratique professionnelle : on est d'a(corps)?



Objectifs de la formation

- Comprendre les processus de la relation d'aide et de la communication
- Identifier et appréhender les processus émotionnels et corporels chez soi et chez l'autre
- Trouver la juste distance dans sa pratique professionnelle en respectant son équilibre

Contenu

Les concepts de la relation d'aide : écoute active, communication, transferts

Les cercles du placement professionnel : ma profession, son cadre, ses représentations

Les différents types d'empathie : cognitive, émotionnelle, directe...

La communication, ses processus et ses outils : verbal, non verbal, émetteur, récepteur, chaîne, écoute active

Le transfert et contre-transfert

Identification de ses limites, besoins et ressources

Les manifestations et impacts corporels : le non-verbal, langage corporel



Public concerné et prérequis

Professionnel de la relation d'aide : social, santé, médical, paramédical, thérapie ayant une pratique du terrain



Méthodes et moyens pédagogiques

Apports théoriques, étude de cas, appropriation d'outils professionnels, mise en situation



Durée

5 jours

Nombre de participants

12 maximum

Camille
Le Malefan

FORMATRICE - INTERVENANTE EN MÉDIATION CORPORELLE

SIRET 81755628500044 Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 53351067935 auprès du préfet de région Bretagne • camillemalefan@gmail.com • 0686804274

www.camillemalefan.fr

Prendre soin de soi pour prendre soin de l'autre



Objectifs de la formation

- S'aligner avec son métier et ses valeurs
- Savoir identifier, comprendre et exprimer ses émotions
- Savoir utiliser des techniques de recentrage et de récupération en optimisant ses ressources

Contenu

Les cercles du placement professionnel : ma profession, son cadre, ses représentations

Les processus physiques et psychiques du stress et des émotions

Identification de ses limites, besoins et ressources : le corps et le mental

Techniques de recentrage, d'ancrage et de récupération

Techniques d'économie d'énergie en situation de travail

Techniques d'expression corporelle par la danse et le jeu corporel



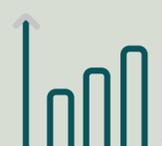
Public concerné et prérequis

Professionnel de la relation d'aide : social, santé, médical, paramédical, thérapie ayant une pratique du terrain



Méthodes et moyens pédagogiques

Apports théoriques, étude de cas, appropriation d'outils professionnels, mise en situation



Durée

5 jours

Nombre de participants

12 maximum

Camille
Le malefan

FORMATRICE - INTERVENANTE EN MÉDIATION CORPORELLE

SIRET 81755628500044 Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 53351067935 auprès du préfet de région Bretagne • camillemalefan@gmail.com • 0686804274

www.camillemalefan.fr

Outils de l'accompagnement



Camille
Le Malefan

FORMATRICE - INTERVENANTE EN MÉDIATION CORPORELLE

SIRET 81755628500044 • Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 53351067935 auprès du préfet de région Bretagne • camillelemalefan@gmail.com • 0686804274

www.camillelemalefan.fr

Les écrits professionnels : identification et méthodologie



Objectifs de la formation

- Identifier les différentes formes d'écrits et comprendre leurs visées
- Identifier et maîtriser le langage professionnel
- Savoir utiliser une méthodologie globale d'écriture applicable aux différents écrits

Contenu

Les différents écrits : leur forme, leurs objectifs, leur destinataire et émetteur

Le processus de la communication par l'écrit : canal spécifique de l'écrit, place de l'émetteur, du récepteur

Le langage professionnel : ses mots et leurs concepts

Responsabilité et éthique de l'écriture

Méthodologie de l'écriture : fond et forme, trame de l'écriture, outils de structuration, de créativité



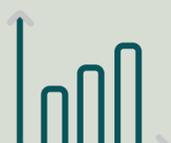
Public concerné et prérequis

Professionnel de la relation d'aide : social, santé, médical, paramédical, thérapie ayant une pratique du terrain



Méthodes et moyens pédagogiques

Apports théoriques, étude de situations, appropriation d'outils professionnels



Durée

3 jours

Nombre de participants

12 maximum



Communication Non Violente et entretien d'aide



Objectifs de la formation

- Interroger et définir les bases de la relation d'aide, son positionnement
- Comprendre les fondamentaux de la Communication Non Violente et de ses applications dans la relation d'aide
- Savoir utiliser des techniques d'entretien d'aide

Contenu

Les cercles du placement professionnel : ma profession, son cadre, ses représentations

Les 4 étapes de la CNV et ses applications

Écoute active et approche centrée sur la personne

Les différents types d'entretiens et leurs usages

La question de la juste distance



Public concerné et prérequis

Professionnel de la relation d'aide : social, santé, médical, paramédical, thérapie ayant une pratique du terrain



Méthodes et moyens pédagogiques

Apports théoriques, étude de cas, appropriation d'outils professionnels, mise en situation



Durée

5 jours

Nombre de participants

12 maximum



Facilitation de groupe : outils collaboratifs et animation

Objectifs de la formation

- Comprendre les fondamentaux et enjeux de l'intelligence collective
- Savoir accompagner un groupe dans un processus collectif
- Savoir utiliser des outils d'animation d'atelier collaboratif

Contenu

Les grands principes de l'intelligence collective et ses processus

Déroulement d'un atelier et cadre d'intervention

Psychologie des groupes : émotions, influence, communication, résolution des problèmes, conduite des groupes

Alliance du corps et de l'esprit dans la posture et les outils

Posture de facilitateur : neutralité, guidance

Types d'ateliers selon objectifs souhaités

Outils d'animation du collectif pour la créativité et la réflexion

Outils de facilitation du groupe pour la communication et la coopération



Public concerné et prérequis

Professionnel de la relation d'aide : social, santé, médical, paramédical, thérapie ayant une pratique du terrain



Méthodes et moyens pédagogiques

Apports théoriques, étude de cas, appropriation d'outils professionnels, mise en situation



Durée

3 jours

Nombre de participants

12 maximum

Camille
Le malefan

FORMATRICE - INTERVENANTE EN MÉDIATION CORPORELLE

SIRET 81755628500044 Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 53351067935 auprès du préfet de région Bretagne • camillemalefan@gmail.com • 0686804274

www.camillemalefan.fr



Camille
Le Maléfam
Le Corps Accordé

Pour me contacter :

06.86.80.42.74

camillelemalefan@gmail.com

www.camillelemalefan.fr

