

h e t s

Haute école de travail social  
Genève  
Filière Psychomotricité

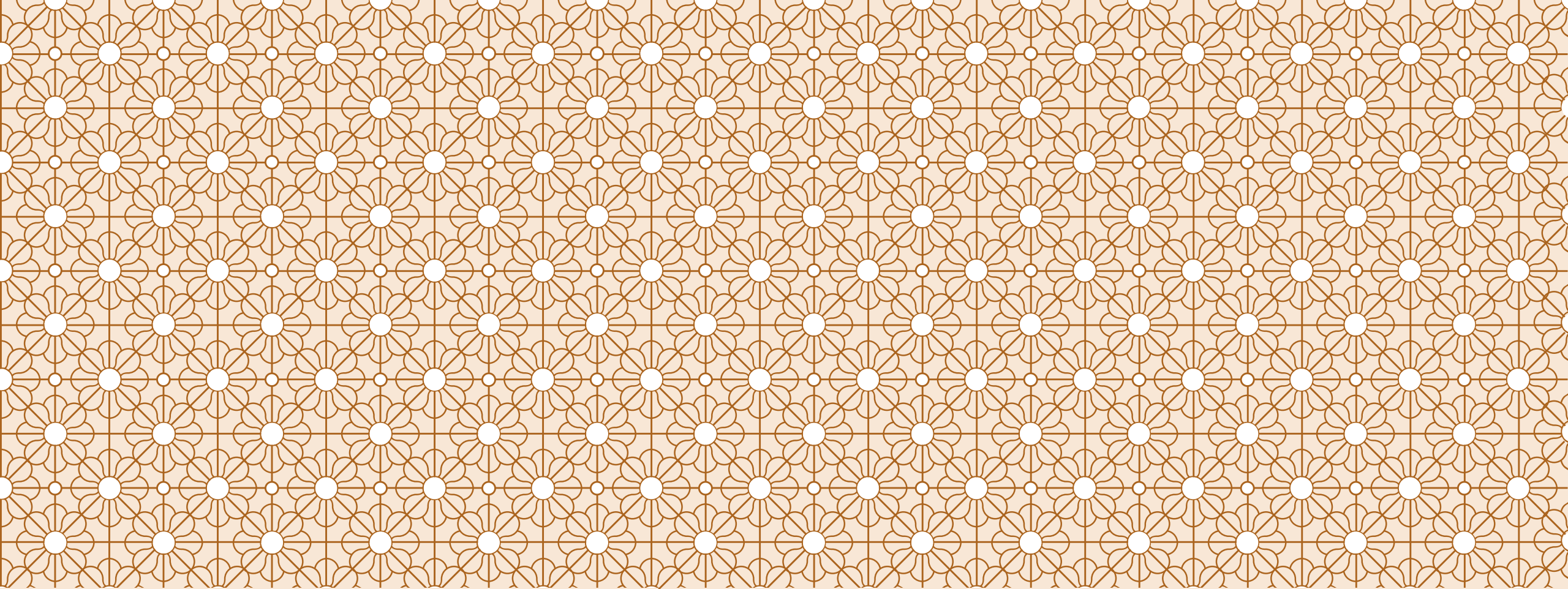
# un acCordage

## SENIORS ET PSYCHOMOTRICITÉ

AG Plateforme Seniors

29 avril 2024

Présentation psychomotricité



# NOTRE CORPS NOUS RACONTE

La vision holistique de la  
psychomotricité

Liens sociaux –  
Compétences  
relationnelles

Modifications  
physiologiques

Perception  
environnement:  
espace-temps

Stratégies  
motrices

Capacités  
cognitives

Intégration  
sensorielle

Contraintes  
biomécaniques

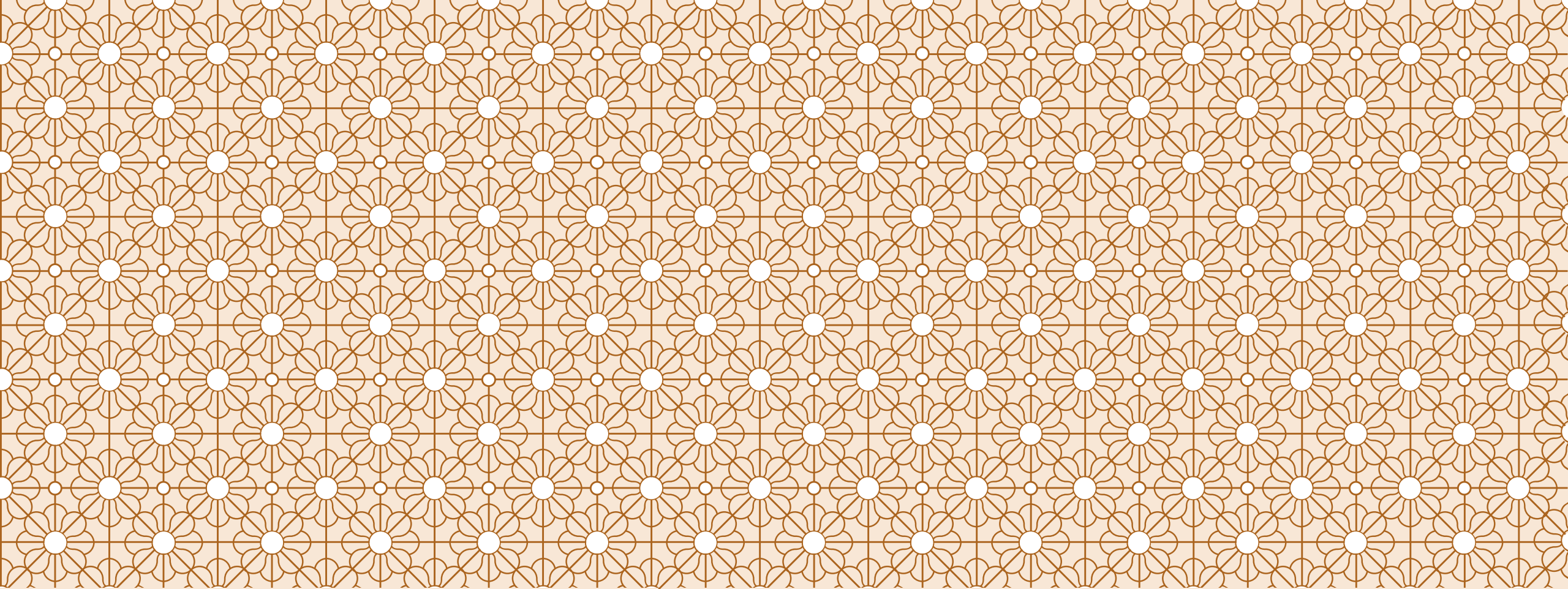
Conscience  
corporelle

Confiance en  
soi

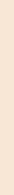
Gestion  
affective

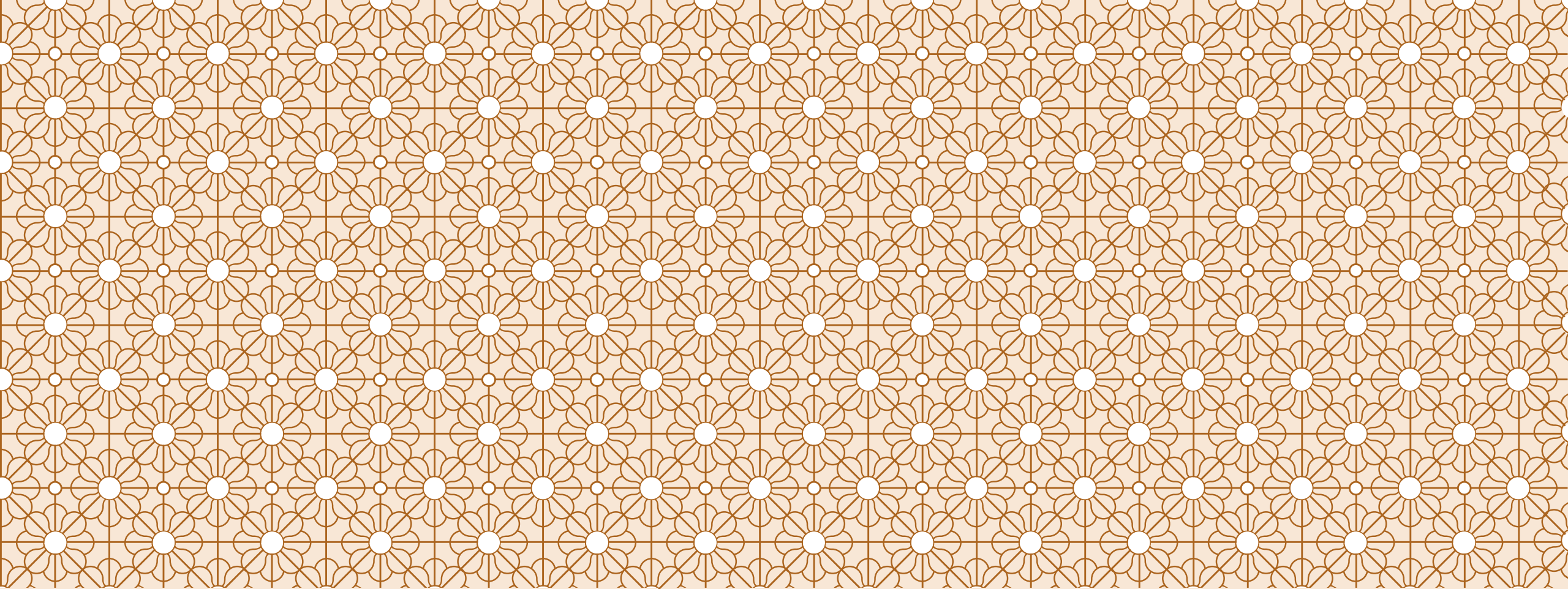
# NOTRE CORPS NOUS RACONTE

La vision holistique de la  
psychomotricité



# SENIORS ET PSYCHOMOTRICITÉ





# LA PAROLE AUX AÎNÉES

Vidéos



# LES RECHERCHES ET PROJETS CERIP

Recherche-action LGR 22-23

- le groupe  
Intervention préventive
- Atelier en duo

# RECHERCHE-ACTION MULTIDISCIPLINAIRE LGR 22-23

## LA PART DE LA PSYCHOMOTRICITÉ

### **Contexte**

- LGR: “Rester plus longtemps à domicile et retarder l’entrée en EMS”
- Ateliers multidisciplinaires: physiothérapie, diététique, ergothérapie et psychomotricité

### **Constats**

- Sénescence: changements physiologiques, diminution qualité et capacité de locomotion
- OFSP (2017): diminution des distances parcourues, impacts sur liens sociaux
- Dès 80 ans: augmentation fréquence des chutes

### **Objectifs PM**

- Le travail corporel en psychomotricité permet une réappropriation des compétences psychocorporelles et diminue le risque et la peur de chuter.

# RECHERCHE-ACTION MULTIDISCIPLINAIRE LGR 22-23

## LA PART DE LA PSYCHOMOTRICITÉ

### **Intervention**

Travail psychomoteur / Schèmes fondamentaux du mouvement et conscientisation : rapport au sol et à la verticalité, à l'espace et au temps, à l'axe corporel, à la confiance en soi et aux émotions dans la relation et en groupe.

### **Ateliers thématiques / 1 journée trimestrielle sur 2 ans**

- Atelier 1 La conscience du corps et de ses potentialités
- Atelier 2 Le rythme
- Atelier 3 Les sens
- Atelier 4 Les sens et la motricité: la suite
- Atelier 5 La respiration et la confiance en soi
- Atelier 6 La séparation

### **Résultats partiels / Captations vidéos, observations cliniques PM, entretiens filmés (dessins et questionnaires)**

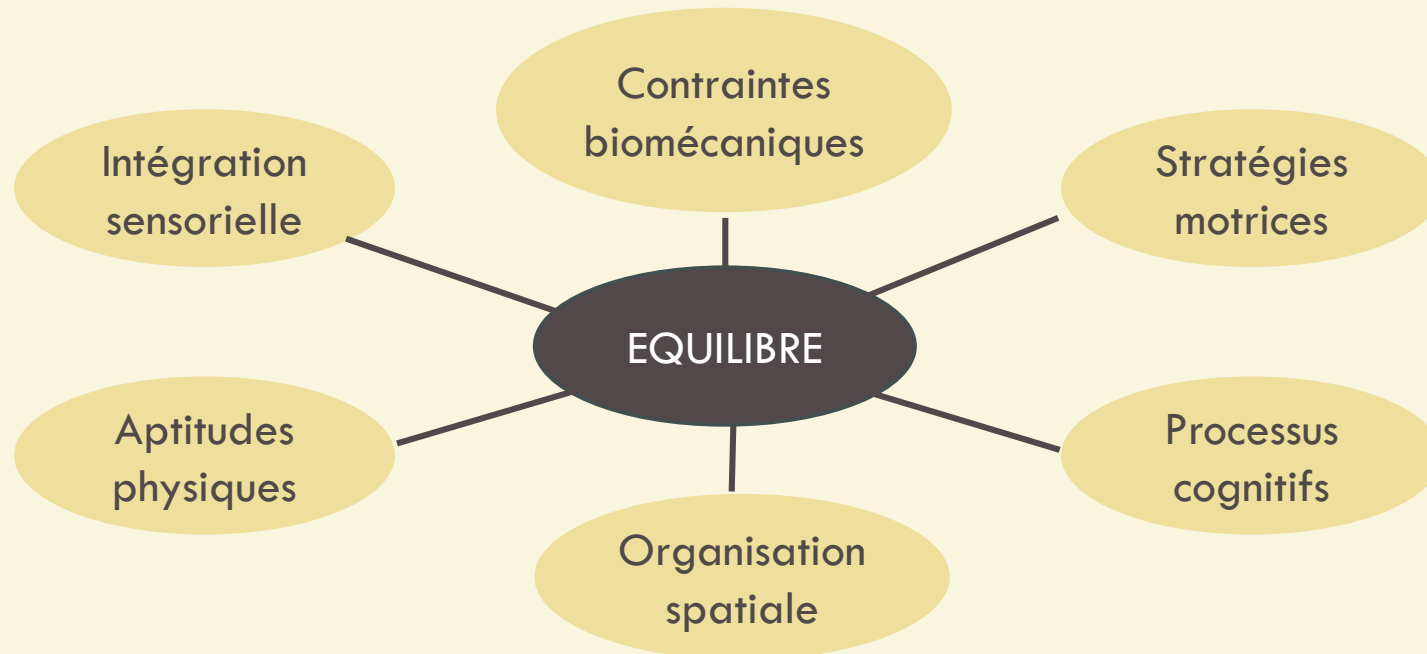
- Meilleure compréhension de la psychomotricité
- Confiance en son potentiel corporel et diminution de la peur de la chute
- Mobilisation des intérêts sociaux: le groupe est un support



# INTERVENTION PRÉVENTIVE ATELIER EN DUO

- Cadre des séances
- Objectifs fixés en co-construction avec les participantes :

## Prévenir les chutes et maintien de l'équilibre



# INTERVENTION PRÉVENTIVE ATELIER EN DUO

## ➤ Tout au long des séances :

- Investissement
- Plaisir
- Confiance entre les deux participantes, avec la psychomotricienne et envers soi-même !

## ➤ Résultats :

- Un réinvestissement du corps en mouvement
- Une amélioration de l'aisance dans les déplacements (dans le cadre de la séance et à l'extérieur)
- Une meilleure connaissance de soi, de ses réactions émotionnelles, relationnelles et motrices
- Une nouvelle acceptation des enjeux de leur vieillissement spécifique : limites et RESSOURCES

Prenez quelques minutes pour échanger

sur:

- Votre première impression
- Vos sensations corporelles
- Vos émotions
- Votre perception de la relation

# ÊTRE EN ÉQUILIBRE SENSATIONS

Une expérience pratique avec  
votre voisin

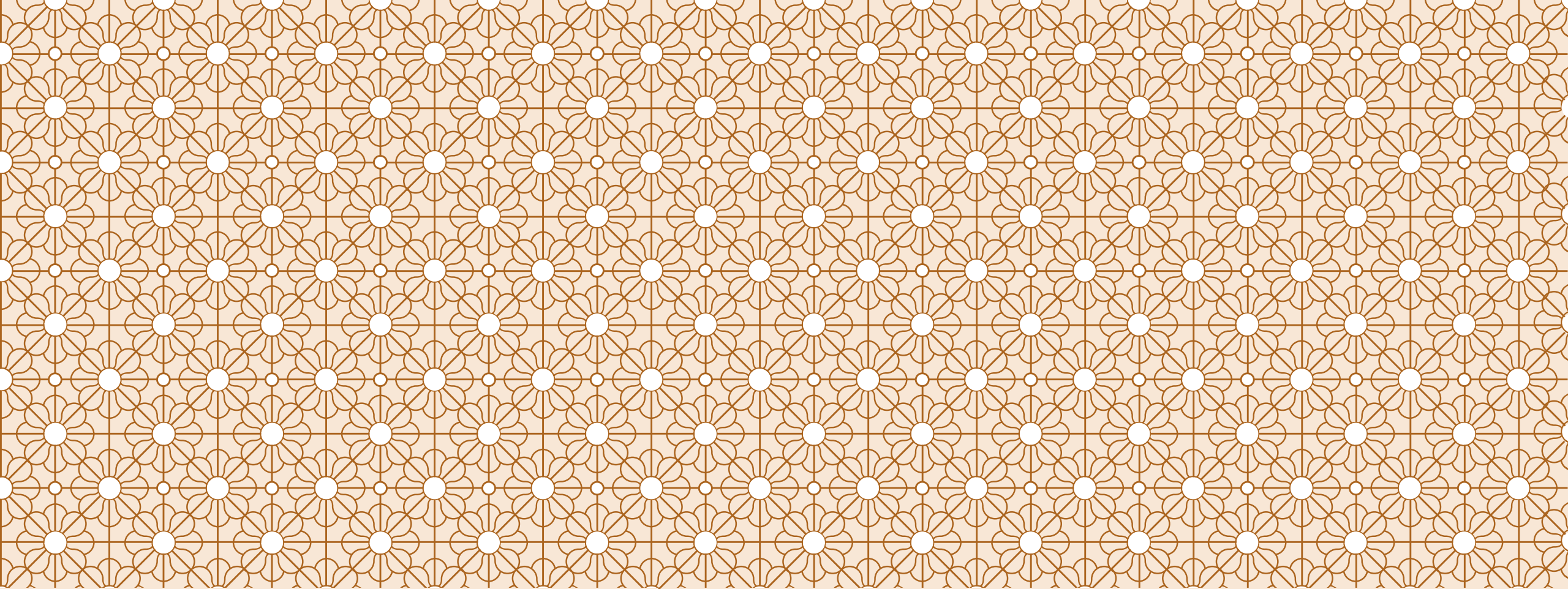
Selon Benoît Lesage, médecin et danseur, spécialiste des approches psychocorporelles, auteur de divers ouvrages sur le corps dans ses multiples dimensions, nous dit:

« Chaque situation et chaque dénouement se caractérise par des qualités toniques, posturales, spatiales et temporelles ».

Lesage, B. (2021). *Un corps à construire*. Érès. p.19

# QUELS OUTILS POUR LES PROFESSIONNEL.LES?

Quelques focus



# LES PROJETS A VENIR CERIP ET SENIORS

- CIPEG: forum gériatrie
- Les étudiant.es
- 2025: journée Hets Seniors
- Ancrage prévention
- Ancrage thérapie

Geneviève Ponton, psychomotricienne et danseuse, grande connaisseuse du sujet âgé, nous dit de ses ateliers psychomotricité et danse:

En prenant appui sur une démarche expressive, nous aidons les personnes ayant chuté à s'ouvrir au groupe par des propositions dansées adaptées à leurs capacités individuelles. La prise de risque se fait sans se mettre en danger et restaure la confiance en soi sous le regard bienveillant du groupe.

**Les situations de «jeux» donnent du jeu au «Je».**

In Vachez-Gatecel, A. & Valentin-Lefranc, A. (2022). *Le grand livre des pratiques psychomotrices*. Dunond. p.407.

**MERCI !**

Echanges  
Questions  
Partages