
Éducation Somatique Québec 2019

PROGRAMME

SÉMINAIRE GYMNASTIQUE HOLISTIQUE

MÉTHODE Dre EHRENFRIED



LA VOIE DE SON ANCRAGE

avec

Jackie LABADENS

ÉDUCATRICE SOMATIQUE ET FORMATRICE EN GYMNASTIQUE HOLISTIQUE

Pibrac, France

Du 17 au 20 mai 2019

au

Monastère des Augustines

77, rue des Remparts, Québec (Qc) G1R 0C3 Canada

Ce séminaire en éducation somatique, à l'intention des professionnel(le)s du mouvement, se veut rassembleur et ouvert au partage international. Depuis longtemps, nous sommes nombreuses à avoir envie d'une formation plus longue et donnant la possibilité d'échanges approfondis et créateurs.

C'est dans cet esprit et avec une grande joie, que je recevrai Madame Jackie Labadens, formatrice de France. À trois reprises depuis 2014, en participant à des modules de formation auprès d'elle, j'ai senti croître mon désir d'approfondir davantage la Gymnastique Holistique. Madame Labadens sera accompagnée d'Agnès Beaumont, sa partenaire d'écriture. Toutes deux vont nous inviter à affiner de plus en plus notre aptitude à ressentir. Pour vivre ensemble ces moments uniques, j'ai choisi un lieu d'exception à Québec, le Monastère des Augustines. Le programme qui suit suscitera peut-être votre désir d'y participer...sinon sa lecture seule j'espère vous fera rêver.

Normande Bélanger, éducatrice somatique en Gymnastique Holistique, Québec

Parcours professionnel de Jackie Labadens

Formée par Marie-Josèphe Guichard, elle-même élève de Lily Ehrenfried, Jackie Labadens enseigne la Gymnastique Holistique depuis 1982. Certifiée formatrice (DUEPS, Sciences de l'Éducation, Université Toulouse-Mirail), elle dispense depuis 2010 une formation professionnelle en Gymnastique Holistique à Pibrac. Elle a consacré deux mémoires de recherche à l'étude de cette méthode d'éducation somatique.

« *La marginalité comme potentiel d'éveil : une expérience du corps en mouvement.* » DU en Ethnomédecine et développement / Anthropologie de la Santé (2006. Université de Médecine du KREMLIN-BICETRE).

Et « *Essai de théorisation d'une pratique éducative singulière : la Gymnastique Holistique.* » DU de Responsable d'Etudes et de Projets Sociaux (2008. Département en Sciences de l'éducation. Université Toulouse-Mirail).

Elle poursuit actuellement son parcours en vue de la «certification Coach Bien-Être Anthropedia»(2016-2019 Vallauris), discipline intégrative basée sur la pédagogie, la psychologie, la naturopathie, les neurosciences et la communication.

Ce que dit Jackie Labadens de « La voie de son ancrage »

S'ancrer, c'est une manière d'être dans le monde terrestre, réel, corporel, le monde de la matière. C'est donc trouver son point d'appui, sa sécurité. C'est se donner la capacité d'être relié en soi vers les autres. Dans le mouvement, c'est trouver les points d'appuis, les définir, les déplacer, s'orienter vers d'autres espaces à découvrir ensemble.

Dans ce stage de perfectionnement, je souhaite établir un dialogue singulier entre la personne et les mouvements pour élaborer une stratégie d'approche dans la construction d'une séance en Gymnastique Holistique.

Je propose d'examiner :

- comment, selon la manière dont nous ancrons un mouvement, la personne pourra éprouver à la fois la sensation de force, une dimension toujours à découvrir et l'impact sur l'ensemble de son être
- comment cette notion d'ancrage du mouvement permet d'affiner et d'ajuster tout au long de la séance une stratégie du « pas à pas »
- comment, par les informations recueillies en cours de séance, cette stratégie basée sur l'ouverture et porteuse de perspectives nouvelles, développera l'adaptabilité et la fluidité

Selon mon expérience de praticienne et de formatrice, cette connaissance de base de l'ancrage du mouvement me semble essentielle dans la pratique de la Gymnastique Holistique et, lorsque nous touchons à l'essentiel, le champ des possibles s'ouvre.

Laissons nous aller à la surprise et à ce que nous pourrions mettre en mots.

Parcours professionnel d'Agnès Beaumont

Attirée par les relations humaines, Agnès Beaumont a d'abord travaillé dans le secteur social et éducatif en tant que Conseillère en Économie Sociale et Familiale, puis de nombreuses années dans la formation professionnelle continue d'adultes. Toutes ses missions lui ont permis de développer une approche pédagogique « sur mesure » où elle retient l'importance de la relation humaine. C'est un axe central pour soutenir les étudiant(e)s ou les praticien(ne)s dans leur choix, leurs efforts, leurs forces, ainsi que leur solitude, leurs peurs, leurs croyances.

En 2014, Agnès Beaumont est sollicitée par Jackie Labadens dans le cadre de la formation de praticien(ne)s pour la rédaction de leur mémoire. Elle collabore à la pédagogie dite participative et impliquante, la gestion des groupes et l'animation d'ateliers d'écriture. Afin de comprendre la nature de la Gymnastique Holistique, madame Beaumont chemine avec les praticien(ne)s en vivant les expériences de mouvements proposés.

Au sein de chaque groupe, Agnès Beaumont privilégie la dynamique de groupe pour susciter l'envie d'écrire, employer le recentrage, développer la créativité, maintenir la conviction des possibles, travailler la confiance en soi.

Par ailleurs, co-auteure de plusieurs ouvrages, elle s'inspire des fondements de la pédagogie pour développer la créativité de chacun à mobiliser pour « réussir » son projet professionnel. Son parcours l'a amenée à développer des ateliers d'écriture pour la rédaction de mémoires, de documents professionnels. Elle propose une aide à l'analyse, à la synthèse, à la conceptualisation.

Ce que dit Agnès Beaumont: « L'encrage peut-il faciliter le niveau d'ancrage ? »

Dans le contexte de la formation de praticien(ne)s en Gymnastique Holistique, l'écriture vient souvent rendre compte d'un ressenti, d'une sensation, d'un trouble, d'un passage « mis au jour » lors de prise de repères ou de mouvements.

Durant ce séminaire, je propose de vivre l'approche complémentaire de ce qui est apporté par l'expérience du mouvement avec celle de la mise en mots. Loin de prendre la place de l'expérience corporelle, cette mise en mots la rendra plus riche et la nourrira.

De même que la mise en mouvement ouvre des possibles, la mise en mots crée de l'inattendu. Les mots trouvent leur chemin à partir de ce qui est là. Parfois avec hésitation. Parfois avec fluidité.

Pour mieux comprendre le choix d'associer pratique de la Gymnastique Holistique, ancrage et encrage, nous verrons comment l'écriture permet d'aller là où le corps s'équilibre... sur la pointe des mots.