



# La psychomotricité

Une approche psychocorporelle dans la prise en soin de personnes en situation d'obésité

Luna BERJON, Psychomotricienne D.E au CRCP Pont-D'Héry (25) et Franois (39)

# Déroulé de l'atelier

**15 min**

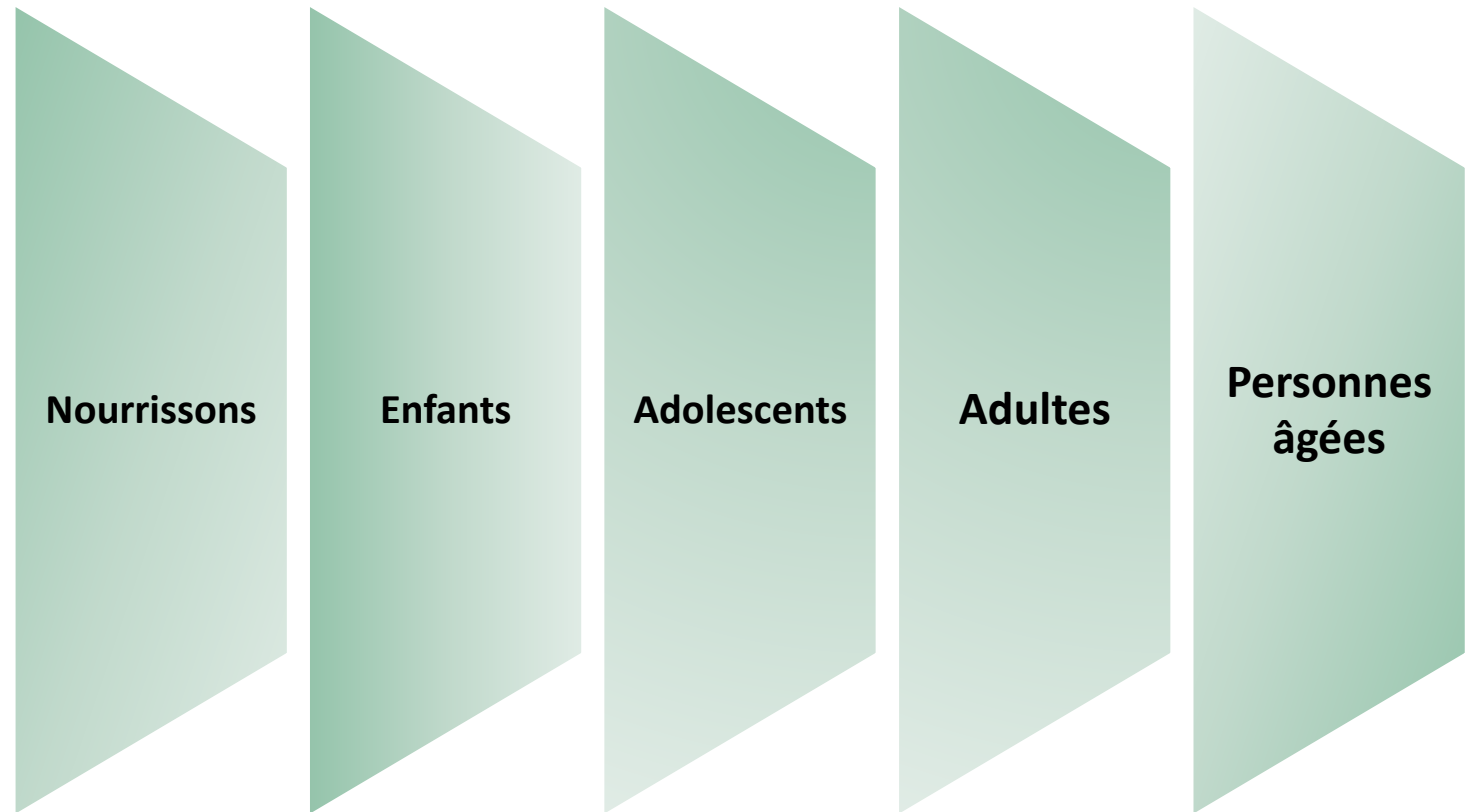
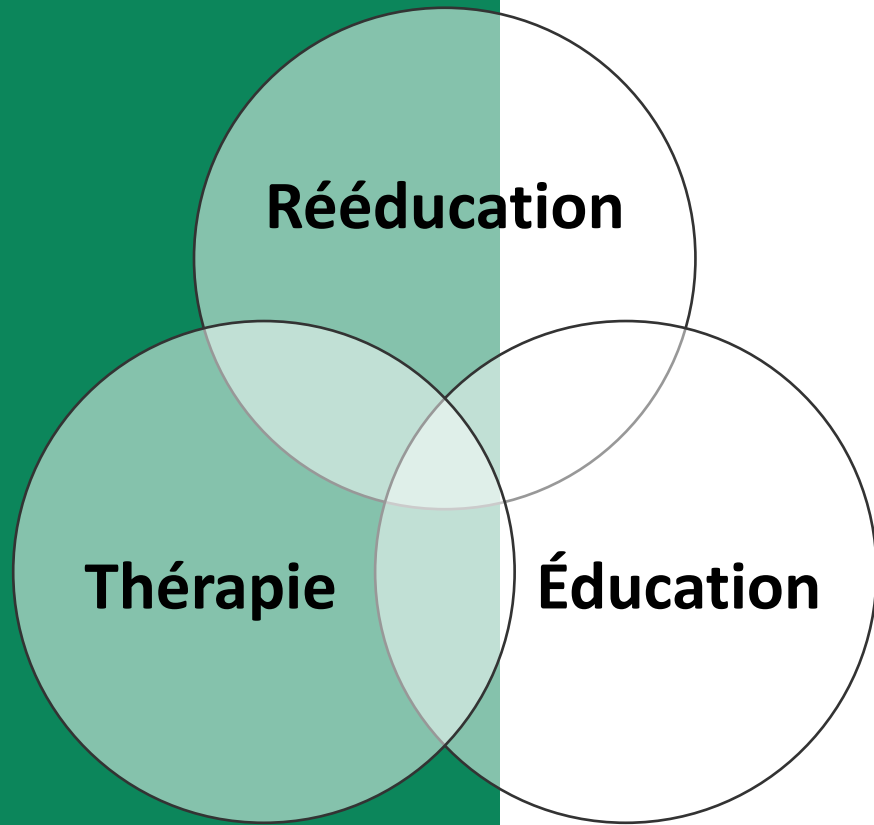
Présentation du métier de psychomotricien et de sa spécificité auprès de ce public

**45 min**

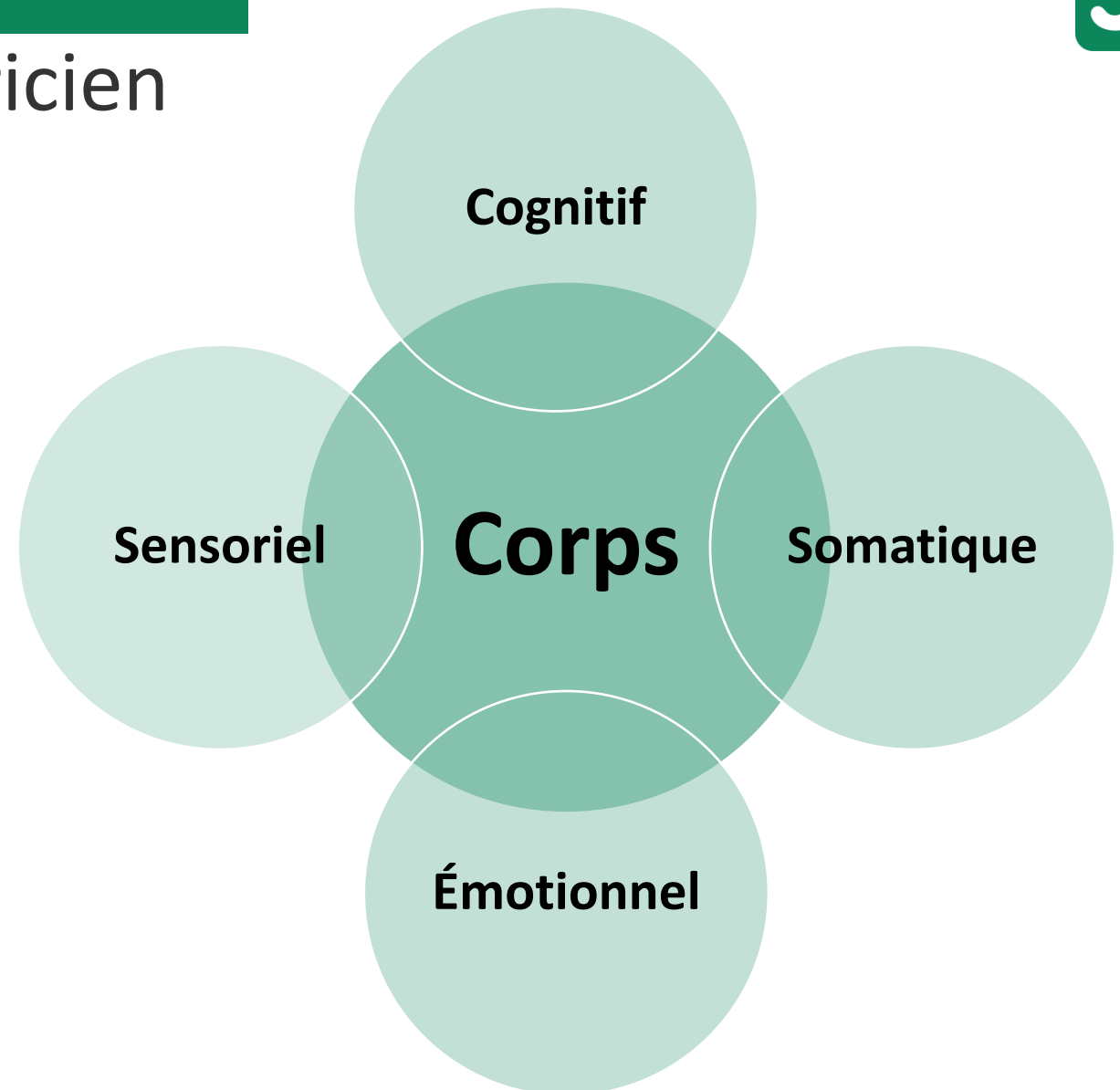
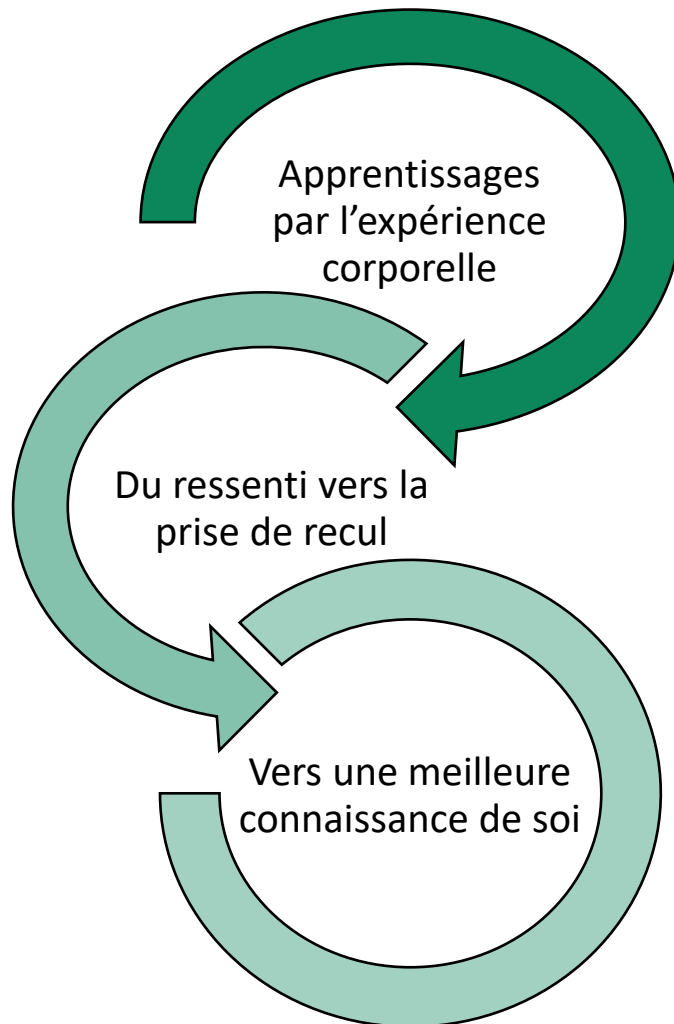
Mise en pratique et Temps d'échange

# Présentation du métier de psychomotricien et de sa spécificité auprès de personnes en situation d'obésité

## Sous prescription médicale



# La vision du psychomotricien



# L'œil du psychomotricien est porté sur les items psychomoteurs

## Schéma Corporel et Image du corps

- SC : représentation objective du corps dans l'espace - au travers des informations neurosensorielles (tactiles, vestibulaires, visuelles, kinesthésiques...)
- IC : représentation subjective du corps via les perceptions et représentations dans les dimensions esthétique, fonctionnelle et relationnelle – en évolution continue

### Axe corporel

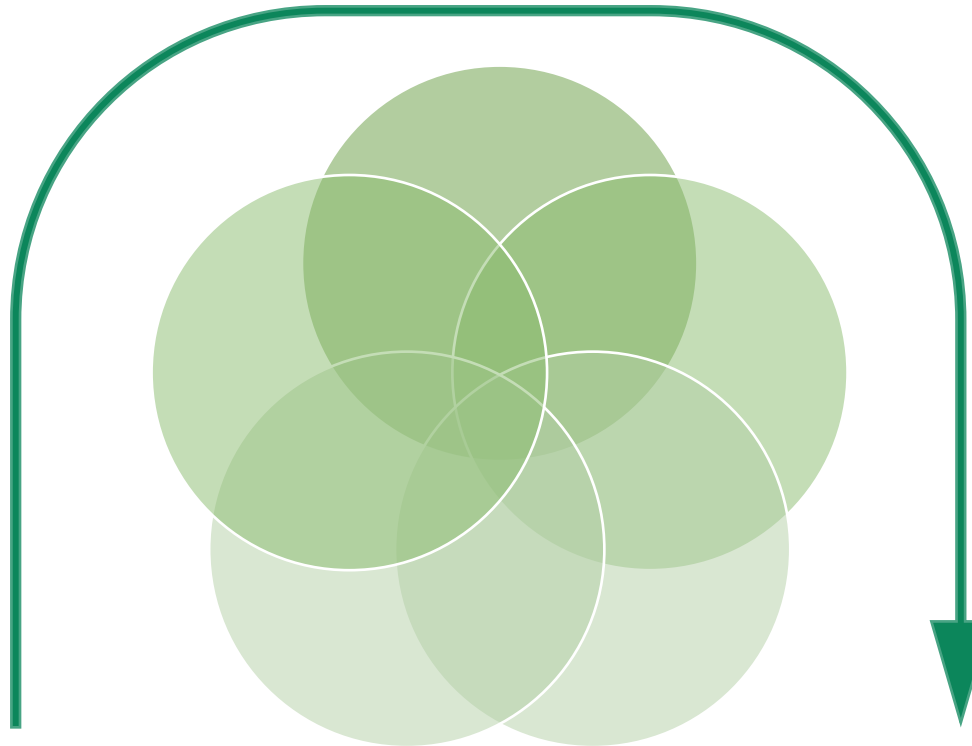
= Ligne virtuelle constituant un appui postural, psychique et émotionnel

- Posture
- Equilibre
- Coordinations et Espace

### Tonus et émotions

= Etat de crispation des muscles

- Lien entre état émotionnel et état corporel
- Gestion douleurs



### Espace et Temps

- Latéralité
- Perception
- Orientation
- Organisation
- Structuration

### Motricité générale et fine

- Coordinations
- Praxies
- Motricité faciale
- Ecriture et prise fine

# Les spécificités du public en situation d'obésité

---



Altération de  
l'image corporelle

Rapport au regard  
de l'autre

Évitement du  
mouvement

Perte de plaisir à  
bouger

Douleurs et fatigue

Difficulté à  
ressentir son corps

Difficulté dans la  
gestion des  
émotions

## Favoriser un relâchement psycho-corporel

- **Améliorer la régulation tonico-émotionnelle** (gestion émotions, tensions corporelles et douleurs)  
-> Conscience corporelle des tensions physiques et des émotions

## Renouer avec ses sensations corporelles

- **Améliorer l'image du corps** (verbalisation des sensations corporelles agréables)
- **Etayer le schéma corporel** (conscience corporelle)
- Percevoir, identifier son **état tonique**

## Développer l'aisance corporelle

- Favoriser l'**investissement spatiale**
- Prise de conscience de son **rythme**
- **Gestion tonico-émotionnelle**
- Perception et maintien de l'**axe corporel** et de la **posture**
- **Retrouver du plaisir dans le mouvement**

## Outil du psychomotricien : le CORPS

### Exemples de médiations :

- *Relaxation (active ou passive)*
- *Méditation*
- *Yoga*
- *Danse*
- *Jonglage*
- *Jeu de pistes*
- *Jeux de plateaux*
- *Parcours moteurs*
- ...

➔ Viser une **APPROPRIATION** ou **RÉAPPROPRIATION CORPORELLE**

# Mise en pratique et Temps d'échange

## Choisissez un item psychomoteur à explorer

Tonus

Emotions

Image du  
corps

Schéma  
corporel

Coordinations  
motrices

Equilibre

Espace et  
rythme

Posture et  
Axe corporel

Merci pour votre attention et votre participation