

## LE TOUCHER AU QUOTIDIEN DANS LA RELATION D'AIDE

Le toucher participe de la relation d'aide au quotidien : toilettes, aides au repas, transferts, gestes techniques de soin, toucher thérapeutique. Il permet également de communiquer et d'échanger, notamment avec les personnes dont l'accès au langage est limité. Par le toucher, on peut apaiser, encourager, retenir, contenir etc.

Mais il peut également susciter des tensions : gestes brusques et maladroits, perception différenciée de l'intimité et de l'intrusion. Ainsi, s'il n'est pas maîtrisé, le toucher peut être source de difficultés, tant pour les usagers que pour les intervenants. Cette formation apporte des éléments complémentaires indispensables aux actions mises en place pour soutenir la bientraitance. Elle permet aussi de répondre à des enjeux spécifiques liés aux programmes de réduction des risques professionnels et maladies liées aux troubles musculo-squelettiques.

### Public concerné :

Tout professionnel du secteur social et médico-social

### Nature et caractéristiques de l'action de formation :

Action d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances

### Prérequis :

Intervenir dans le social et/ou médico-social

### Intervenant :

Spécialiste de la méthode

### Date :

Nous consulter

### Lieu :

Au sein de votre structure

### Durée :

2 à 5 jours  
(14 à 35 heures)

### Tarif :

Nous consulter

### Evaluation :

- Des acquis
- De la satisfaction

### Objectifs généraux et pédagogique

Comprendre les différentes qualités du toucher en dehors des gestes techniques pour maîtriser les tensions dans la relation au corps de l'autre

Comprendre et affiner ses propres perceptions tactiles afin de développer un toucher plus sensible dans les situations quotidiennes les plus variables

Acquérir des outils pour diversifier sa tactilité dans une mobilité avec un usager

Prendre confiance dans son propre toucher comme mode d'accompagnement

Prendre soin de soi dans les échanges tactiles et utiliser le toucher avec l'autre pour éviter tensions et douleurs liées à la fatigue

### Contenu

#### Exposés théoriques

Les différentes approches du toucher, leur histoire et leurs représentations

Les représentations culturelles du toucher et les limites de celui-ci dans notre culture

#### Ateliers pratiques

Développer la confiance dans la relation tactile, les techniques d'écoute et de perception par le toucher

Percevoir son poids et celui de l'autre

Comprendre les différentes modalités du toucher : cutané, squelettique, musculaire...

Connaître les techniques d'adossement et d'écoute : toucher, se laisser toucher, être avec l'autre par le toucher sans se confondre avec lui

Construire son propre « répertoire » de geste dans la relation inter-corporelle : les « gestes de l'écoute et de l'accompagnement » et les postures dans l'attention à l'autre

### Méthodes et outils pédagogiques

Exposés théoriques sur le domaine et les limites de l'échange tactile (1/4)

Ateliers pratiques : à partir de situations simples et accessibles à tous

Discussion de situations amenées par les participants (3/4)

*Il est souhaitable que les stagiaires se présentent dans une tenue propice à la pratique (pantalons amples, chaussures plates).*

*La structure devra mettre à disposition une salle adaptée, permettant de bouger facilement.*