



Gymnastique Sensorielle Périnatale

*Formation professionnelle
En Pédagogie Perceptive®
Spécificité Gymnastique Sensorielle Périnatale*

2023 / 2024

A Paris

*Pour les sages-femmes
Et les professionnels de la périnatalité*

www.gymnastiquesensorielleperinatale.org

Martine De Nardi - denardimartine@gmail.com - 06 60 18 98 93

Accompagnement global et éducation perceptive Grossesse, accouchement, naissance, parentalité, suivi du post partum

La GSP s'inscrit dans les objectifs de la convention nationale des sages-femmes et dans les recommandations de la Haute Autorité de Santé¹ qui préconise : « De préparer les couples à la naissance et à l'accueil de leur enfant au moyen de séances éducatives adaptées ; de repérer les situations de vulnérabilité en prévention des troubles de la relation parents-enfants ; de soutenir la parentalité par des informations et des repères sur la construction des liens familiaux ; de favoriser une meilleure coordination des professionnels autour et avec la femme enceinte, de l'anténatal au postnatal ».

La GSP permet...

- De favoriser une communication sensorielle parents/bébé dès la grossesse
- D'installer des conditions favorables à l'eutocie :
 - En s'entraînant à enrichir et à conserver la perception corporelle de soi et du bébé
 - En proposant un entraînement sensoriel à l'effort de l'accouchement
 - En apprenant à gérer l'intensité et la douleur lors de l'accouchement
- De soulager les différents maux de la grossesse et du post-partum
- De préserver l'équilibre délicat de la sphère pelvienne de la femme, et une sexualité harmonieuse après l'accouchement (rééquilibration du bassin et de la colonne vertébrale de la maman, rééducation sensorielle et motrice du périnée, puis des abdominaux...), de réaliser un suivi du bébé et d'équilibrer la relation à soi et la relation parents/bébé
- Aux parents, de gagner en confiance, en stabilité, en autonomie corporelle et psychique, tout en intégrant la place et le rôle du père, quand il le souhaite
- Aux sages-femmes, d'apprendre à gérer le stress, la fatigue et la responsabilité inhérents à leur profession

La GSP est...

- Une approche gestuelle, manuelle, méditative et verbale, favorisant l'eutocie
- Un accordage corps/psychisme/émotion par un apprentissage des lois du corps en mouvement
- Un rapport empathique actif, conscient et réciproque, à soi et à l'autre, à partir du corps
- Une invitation à expérimenter la relation sensible parents/bébé à partir d'un langage corporel concret, un dialogue tonique interactif, une réciprocité de mouvement à mouvement, de cœur à cœur...

Origines de la GSP

La Gymnastique Sensorielle Périnatale est l'application périnatale de la Pédagogie Perceptive² fondée par Danis Bois³. Elle est développée depuis 30 ans par Martine De Nardi, responsable pédagogique de la formation professionnelle en GSP. Formatrice indépendante et praticien-chercheur, elle détient un master 2 de recherche en Psychopédagogie Perceptive (*mémoire sur la relation materno-fœtale*) et un DU en développement cognitif et social du nourrisson, elle est également fasciathérapeute, animatrice en Méditation Pleine Présence, kinésithérapeute et infirmière DE.

Objectifs de la formation professionnelle

- Acquérir des connaissances et des compétences nouvelles pour enrichir la pratique professionnelle des sages-femmes et des professionnels de la périnatalité, en leur apportant un regard global sur l'accompagnement de la physiologie et des déséquilibres de la périnatalité.
- Apprendre à développer un regard global sur la physiologie, les déséquilibres corporels et psycho-émotionnels de la personne, dans sa relation à elle-même et à l'autre, pour une meilleure compréhension des possibilités de chacun.
- Découvrir une pratique sensorielle de l'accompagnement de la périnatalité, avec un apport théorique nécessaire à la pratique, et une mise en application directe à chaque module, auprès de femmes enceintes ou en post-partum avec leur conjoint et leur bébé.
- Aller à la rencontre de nouveaux outils et de nouvelles ressources, autant pour les professionnels que pour les parents, afin de gérer les situations difficiles, le stress, les émotions et la fatigue de la vie professionnelle.

Encadrement de la formation professionnelle : Martine De Nardi

¹ https://www.has-sante.fr/jcms/c_272500/fr/preparation-a-la-naissance-et-a-la-parentalite

² Pédagogie permettant éveil perceptif et un accordage corps/psychisme/émotion - (site : <https://fepapp.fr/>)

³ Kinésithérapeute, ostéopathe, pédagogue, docteur en Sciences de l'Éducation de l'université de Séville, puis professeur cathédrique en Sciences Sociales à l'université Fernando Pessoa de Porto. Fondateur également de la Fasciathérapie et de la Méditation Pleine Présence (Site : <https://danis-bois.fr/>)

Programme

1^{er} cycle / Accompagnement sensoriel de la physiologie périnatale

Modules 1 et 2 : Accompagnement sensoriel de la grossesse

Module 1

- Compétences perceptives et motrices du fœtus et recherches sur sa vie relationnelle
- Eveil des compétences perceptives des parents et du fœtus
- La relation parents/bébé : concepts et pratique de réciprocité et de dialogue tonique

Module 2

- Rappels anatomiques et physiologiques du petit bassin
- Adaptation somato-psychique aux différentes étapes de la grossesse
- La place et le rôle du père en GSP

Module 3 : Entraînement sensoriel à l'effort de l'accouchement

- Anatomie/physiologie du système neuroendocrinien
- L'accouchement/naissance physiologique : *recherches expérimentales sur la biorythmie et la biomécanique sensorielle obstétricale*
- Entraînement sensoriel à l'effort de l'accouchement : *globalité, psychotonus, gestion de l'intensité corporelle et psycho-émotionnelle, gestion somato-psychique de la douleur, respirations sensorielles, variations de rythmes, interaction mère/enfant...*
- Approche posturale et gestuelle de l'accompagnement sensoriel de l'accouchement en GSP : *accordage du mouvement d'accouchement de la maman et du mouvement de naissance du bébé*

Module 4 : Accompagnement sensoriel précoce du post-partum

- Anatomie/physiologie du périnée
- Rééducation sensorimotrice manuelle et gestuelle du périnée : *locale et globale, en statique et en dynamique*
- Rééducation sensorimotrice manuelle et gestuelle des abdominaux
- L'allaitement sensoriel et ses enjeux somato-psychiques
- Approche somato-psychique du Baby-blues

Module 5 : Passage du Bilan du 1^{er} cycle / permettant l'accès au 2^{ème} cycle

- Ecrits, mise en application pratique (manuelle, gestuelle, méditative et verbale), études de cas

2^{ème} cycle / Accompagnement sensoriel déséquilibres périnataux

Module 1 : Gestion des principaux maux de la grossesse

- Anatomie/physiologie de l'axe crânio-sacré, du système neurovégétatif et neurovasculaire
- Lombalgies, nausées, acidités gastriques, œdèmes, insomnies, oppressions, angoisses...
- Les douleurs pelviennes

Module 2 : Approche des troubles du post-partum

- Rééducation sensorimotrice manuelle et gestuelle du périnée dans les problèmes d'incontinence du post-partum
- Approches manuelle et gestuelle des troubles uro-génitaux, endométrioses, troubles de la sexualité...
- Rééquilibration des grands systèmes, de la statique et de la dynamique pelvienne sensorielle afin de réinstaller un équilibre uro-génital et somato-psycho-émotionnel

Module 3 : Gestion des menaces d'accouchement prématuré, de l'hypo développement fœtal et des césariennes

- Approches théorique et pratique des menaces d'accouchement prématuré et de l'hypo-développement fœtal
- Gestion du stress lié à la parentalité
- Gestion des césariennes chez la maman et le bébé : *libération manuelle et gestuelle du mouvement de l'accouchement de la maman mémorisé dans le corps et du mouvement de naissance du bébé*

Module 4 : Accompagnement sensoriel des déséquilibres des bébés

- Rappels anatomiques de la constitution du crâne du nouveau-né
- Physiologie et pathologie du développement sensori-moteur et somato-psychique du bébé
- Les baby tests sensoriels
- Equilibre rythmique et sensori-moteur des bébés
- Accompagnement des déséquilibres des bébés en GSP : reflux gastro-œsophagien, coliques, sommeil, agitation, tristesse, hypotonus...

Module 5 : Passage du Bilan du 2^{ème} cycle

- Ecrits, mise en application pratique (manuelle, gestuelle, méditative et verbale), études de cas

Renseignements divers

Possibilité d'un Diplôme Universitaire en Pédagogie Perceptive via le CERAP

(Centre d'Etude et de Recherche Appliquée en Psychopédagogie perceptive - www.cerap.org) / Cette formation ouvre à une équivalence, à compléter par des stages spécifiques sur la méthodologie de recherche (informations sur demande)

La **Gymnastique Sensorielle Périnatale** a été présentée lors du congrès "**Rencontre à 2 mains**" à **Marseille les 9 et 10 septembre 2021**, par Martine De Nardi intervenant sur l'accompagnement des césariennes avec la Gymnastique Sensorielle Périnatale (1 conférence de 30mn et 3 ateliers pratiques d'1h30).

Dates 1^{er} Cycle

Module 1 - du 3 au 6 mars 2023

Module 2 - du 28 avril au 1^{er} mai 2023

Module 3 - du 2 au 5 juin 2023

Module 4 - du 8 au 11 septembre 2023

Module 5 - du 3 au 6 novembre 2023

Lieu

98 Bd des Batignolles - 75017 Paris – Métro Villiers

Horaires (le 2^{ème} cycle sera organisé de la même manière, dates à venir)

Vendredi : 10h à 13h et 14h30 à 19h30

Samedi : 9h30 à 13h et 14h30 à 19h

Dimanche : 9h30 à 13h et 14h30 à 19h

Lundi : 9h à 13h

Pour les 2 cycles : 280h réparties sur 2 ans en 10 modules de 3 jours ½, soit 28h de formation par module

Tarifs de la formation (hors hébergement et repas)

- 460 € par module de 3 jours ½, soit 4600€ ttc pour la formation (coût horaire : 16,42 € ttc)
- 390 € par module de 3 jours ½, **pour les moins de 30 ans**, soit 3900€ ttc pour la formation (Coût horaire : 13,92 € ttc)

Pré-requis :

Être sage-femme ou professionnel de la périnatalité et avoir lu ces deux ouvrages :



- **La Gymnastique Sensorielle Périnatale – Pour une relation sensible avec votre bébé dès la grossesse – Martine De Nardi – Ed. Le Souffle d'Or (2011).** Ce livre est un guide pratique destiné aux parents, illustré de photos et de témoignages. Il peut aussi être une base d'information pour les professionnels. A commander en librairie ou sur le site www.souffledor.fr.



- **La relation sensorielle materno-fœtale – Une communication corporelle profonde mise à l'œuvre dans la Gymnastique Sensorielle Périnatale – Martine De Nardi – Ed. Universitaires Européennes (2015).** Ce livre est issu d'un mémoire de recherche scientifique analysant la qualité de la relation materno-fœtale mise à l'œuvre dans le protocole éducatif en Gymnastique Sensorielle Périnatale, à partir de ce que rapportent les femmes enceintes interviewées. Avec une présentation de différentes recherches internationales sur la relation materno-fœtale, des principales capacités perceptives et motrices du fœtus, ainsi que de l'haptonomie et de la Gymnastique Sensorielle Périnatale

A télécharger gratuitement sur le site du Cerap :

https://www.cerap.org/sites/default/files/public-downloads/mestrados/m_martine_de_nardi.pdf

Ou à commander sur Morebooks avec le lien suivant :

<https://www.morebooks.de/store/fr/book/la-relation-sensorielle-materno-f%C5%93tale/isbn/978-613-8-44844-0>