

## FORMATION

# SEXUALITE, comment en PARLER quand on est professionnel du bien-être

Les techniques de bien-être relient au corps, favorisent le lâcher-prise aux émotions et leur expression.

Au-delà de l'écoute bienveillante, avoir les bases de connaissances incontournables sur la sexualité humaine favorise la mise à distance ses propres représentations et permet d'accompagner la parole dans un climat de confiance sécurisant. Savoir repérer les facteurs qui entrent en jeu dans la difficulté évoquée ouvre à des conseils simples ou à la possibilité de réorienter vers un autre professionnel.

### OBJECTIFS

Intégrer, dans l'accompagnement bien-être des personnes la dimension de la sexualité qu'elles sont susceptibles évoquer

Pour cela, acquérir des repères sur la question de la sexualité, des clés de compréhension des comportements sexuels et des méthodes d'écoute et d'accueil de la parole qui permettront de :

- Etre plus à l'aise pour parler de sexualité pour mieux accueillir la parole sur cette question,
- Etre en mesure de donner des conseils simples les aider les personnes à dépasser les émotions émergentes difficiles,
- Savoir repérer les situations qui nécessiteraient une réorientation vers un professionnel compétent,
- Mieux gérer ses affects et ses représentations face aux confidences sur la sexualité.

### PROGRAMME

#### Bases théoriques (savoirs) :

Les cinq dimensions de la sexualité humaine :

Les influences environnementales, culturelles, des représentations, des fausses croyances, des idéaux... Le corps dans la sexualité. La dimension perceptuelle de la sexualité, l'image de soi, l'expression des émotions... La communication dans la sexualité

Les difficultés et plaintes sexuelles les plus fréquentes des hommes et des femmes

L'écoute active et l'attitude empathique

Apports physiologiques, psychologiques, sociologiques.

#### Bases pratiques (savoir-faire) :

Savoir accueillir la parole par une attitude empathique

Savoir lire une difficulté sexuelle à travers la grille multidimensionnelle de la sexualité humaine

Savoir dépasser ses valeurs personnelles pour prendre en compte celles de la personnes

Savoir repérer la nécessité de réorienter vers un professionnel compétent

#### Savoir-être :

Tout en acquérant les bases essentielles de connaissances sur la sexualité humaine, améliorer son savoir-écouter et faire évoluer ses représentations permet de développer une attitude qui favorise la parole chez les personnes que l'on reçoit, sur le sujet de la sexualité.

## **PUBLIC et pré-requis**

Professionnels du bien-être : *praticien.nes en sophrologie, naturopathie, réflexologie, art-thérapie, coaching, thérapie énergétique, hypnose, phytothérapie, acupression, massage bien-être, esthétique, reiki, relaxologie, conseil en image, etc.*

Aucun prérequis nécessaire

## **Modalités d'adaptation des objectifs aux publics**

Un recueil des besoins et des attentes des participants est réalisé avant la formation par un questionnaire préalable.

*Adaptations du programme :*

Le programme de cette formation est adaptable en fonction des demandes, et évolutif selon le contexte social lequel est sans cesse en mouvement. Ces adaptations se feront dans le respect de l'esprit et des objectifs fondamentaux de cette formation, lesquelles s'inscrivent toutes dans le respect des droits humains, de l'égalité femmes-hommes et des principes de laïcité, et dans le juste équilibre entre durée et atteinte des objectifs.

*Adaptations aux spécificités des apprenants :*

Les moyens pédagogiques et techniques de cette formation sont adaptables, à la demande, aux stagiaires en situation de handicap moteur, sensoriel (visuel, auditif), psychique, dys.

## **Moyens pédagogiques et techniques**

Formation en présentiel, résidentiel et extra-résidentiel.

Construction interactive d'une réflexion approfondie sur la sexualité humaine avec apport de connaissances, à l'aide de schémas projetés, commentés et illustrés par des situations concrètes proposées et issues de l'expérience des participants.

Documents annexes (articles...). Liste de références bibliographiques.

## **Modalités de suivi et d'évaluation :**

Mises en situations fictives collectives ou par 2 ou 3 à partir des cas réels fournies ou apportées par les participant.e.s, retours à chaud et corrections

Questionnaire de satisfaction en fin de formation.

Questionnaire d'auto-évaluation « Avant-Après- à 3 mois » pour mesure l'évolution

Tenue d'un carnet de bord de mise en application par chaque participant entre les sessions

## **Durée**

24 heures réparties en 4 journées (4x1 journée, 2x2 journées ou 8x1/2 journées)

## **Lieu**

Angoulême, et toute autre ville pour un groupe constitué de 6 à 9 participant.e.s

## **Tarif 2023-2024**

**540 €** (135 €/journée) par personne si autofinancement individuel

**640 €** (135 €/journée) par personne si prise en charge par institution ou formation continue

**Sur devis** pour un groupe constitué (6 à 10 pers.) comme l'équipe d'un même établissement

## **Intervenante**

**Marie-Line Lassagne**

Sexologue, psychothérapeute CE, consultante pédagogique, chargée de cours en Sexologie à l'Université de Toulouse, formatrice en Sexocorporel. D.U. Adolescence

## **CONTACT-RENSEIGNEMENTS**

Marie-Line Lassagne, **05 45 97 95 24**, [ml-lassagne@neuf.fr](mailto:ml-lassagne@neuf.fr)

*Mise à jour le 06/08/24*