



# Le concept SHERBORNE

Tags : Méthode, motricité, mouvement

*La pédagogie du mouvement de Veronica Sherborne invite les personnes à se mouvoir d'elles-mêmes et avec les autres. Ainsi elles peuvent se construire une image positive, améliorer leur confiance en elles et en leurs propres capacités. Elles peuvent aussi développer leur initiative à aller vers l'extérieur et explorer l'environnement.*

*Ce concept, d'origine anglaise, reste peu connu en France. Il s'apparente davantage à une approche thérapeutique telle que la psychomotricité.*

## HISTORIQUE

Veronica Sherborne (1922-1990) a étudié l'éducation physique et la kinésithérapie. Elle a développé sa méthode en travaillant auprès des adultes et des enfants dans le champ des déficiences mentale et physique et des difficultés d'apprentissage. Elle a aussi utilisé son programme auprès des étudiants qui se vouaient à l'enseignement.

Plus tard elle a travaillé avec des enfants présentant des troubles affectifs, des problèmes comportementaux, des TDAH (Troubles de déficit de l'attention et/ou hyperactivité), et des troubles du spectre autistique. Elle s'est aussi consacrée aux adultes présentant des troubles psychiques. C'est ainsi qu'elle a développé sa méthode de mouvements en particulier pour les enfants et les adultes « ayant des besoins particuliers ».

Elle a terminé sa carrière comme professeur au département d'éducation spécialisée de Bristol. C'est de là que son programme fut répandu en Grande Bretagne, dans les pays nordiques, en Pologne, au Ca-

nada et en Australie.

Cette méthode s'appuie sur les expériences du mouvement. La théorie qui sous-tend « Developmental movement for children » est fondée sur les travaux de Rudolf Laban : la Labanalyse (ou analyse de Laban) et le « mouvement humain » (Human Movement).

Veronica Sherborne a travaillé durant une année avec Rudolf Laban au studio « Art et Mouvement » de Manchester.

Rudolph Laban (1879-1958) était un danseur, chorégraphe et surtout chercheur considéré comme un précurseur de son époque. Il a étudié le mouvement à partir d'observations réalisées auprès de personnes d'horizons divers (danseurs, ouvriers, personnes présentant des troubles psychiques).

Selon Laban, chaque personne est unique dans sa façon d'utiliser son corps dans le temps, l'espace et avec quelle énergie.

## POUR QUI ?

La pédagogie du mouvement de Veronica Sherborne était à l'origine utilisé dans l'enseignement mais il s'est répandu dans d'autres champs d'application où l'on utilise le mouvement tels que la danse et la thérapie. Puis cette pédagogie s'est intégrée dans d'autres secteurs : l'enseignement spécial, la gériatrie, la psychiatrie, la petite enfance, le domaine de l'adoption, le

team building, etc... Cette méthode peut donc être facilement adaptée pour convenir à tout type de participants.

Pour la personne polyhandicapée, il s'agit moins de bouger que de lui permettre une participation active dans des jeux relationnels, le mouvement devenant un moyen de communication privilégié.

## POUR QUOI ?

Cette méthode a pour finalité d'aider la personne à entrer en relation avec son entourage. Le mouvement étant le meilleur moyen pour y arriver.

Cette pédagogie a donc pour but de favoriser :

- le développement de la prise de conscience de son propre corps ;
- la confiance pour explorer le monde environnant ;
- la possibilité de s'engager dans différentes relations valables.

Quand une personne apprend à regarder vers l'extérieur, plutôt que de rester centrée sur elle-même, elle peut apprendre à communiquer, à se sentir bien et arrive alors à établir des relations saines avec les autres.

La méthode Sherborne se pratique de préférence en groupe, utilisant le corps comme moyen d'interaction, mais peut être développée d'abord en individuel puisqu'il faut une attention soutenue à l'adulte

(l'instructeur).

Au départ, le concept vise une relation pédagogique où l'instructeur et le participant (enfant ou adulte) entretiennent un « vrai » dialogue. C'est-à-dire une relation où l'un stimule l'autre à se développer en fonction de ses possibilités individuelles.

Au cours de séances de quinze minutes à une heure, il est fait appel aux mouvements à travers des jeux d'enfants simples et amusants : imiter, ressentir le poids des corps, rouler sur le sol, se balancer, maîtriser sa force, toucher et être touché... Une grande importance est donnée au rythme, au tempo, à la libre fluctuation du poids du corps. Ces expériences toutes simples, auxquelles l'instructeur peut inviter les enfants ou les adultes, leur donnent des informations à propos d'eux-mêmes et contribuent à leur donner confiance et à les préparer à une meilleure relation à l'autre. Le mouvement est le point de départ de la relation.

## COMMENT ?

Les notions de "relation avec l'autre", "relation l'un contre l'autre" et "relation ensemble" sont mises en pratique. Chaque participant travaille en fonction de ses possibilités.

Bouger seul et avec les autres, avec des partenaires «égaux» dans le mouvement (l'un ne domine pas l'autre), est le pilier de base du concept de Véronica Sherborne. On essaie de laisser le partenaire sentir de lui-même les mouvements de son propre corps et en

suite on commence à partager des moments d'expériences ensemble.

Cette approche passe par la prise de conscience de soi : prise de conscience de son propre corps, de ses capacités et de ses limites et par la prise de conscience de son entourage : l'espace et les autres. C'est autour de ces deux piliers et des qualités de mouvement que seront construites les expériences de mouvement et les jeux de relation.

## A SAVOIR

Cette méthode n'exige que très peu de moyens et de matériel. Elle permet de travailler en groupe, individuellement, dans le cadre d'une activité isolée ou totalement intégrée dans la vie quotidienne des personnes

concernées. Elle laisse aussi la place nécessaire aux aménagements et adaptations pratiques et fonctionnelles.

*Cette fiche réalisée par le Centre de Ressources Multihandicap a été validée par Cathy Persoons, ergothérapeute en pédiatrie et formatrice internationale francophone.*

*Elle est conçue pour aider les familles et les professionnels à mieux appréhender ce concept et elle donne, de manière objective, un accès facile aux informations essentielles à la compréhension.*

*Elle peut-être librement utilisée à condition de l'attribuer à son auteur, en citant son nom (Centre de Ressources Multihandicap), de ne pas en faire d'utilisation commerciale et de ne pas la modifier.*

Fiche créée en mars 2010

## **Formation** (liste non exhaustive)

### *Association Sherborne Belgique*

Contact francophone : Cathy Persoons, Formatrice international francophone

Rue Pahaux, 28—1360 PERWEZ, Belgique

081/656645 – 0478/995980

Courriel : [cathypersoons@gmail.com](mailto:cathypersoons@gmail.com)

## **Sources**

Site internet en néerlandais : <http://www.sherborne.be/>

Site internet en anglais : <http://www.sherbornemovementuk.org/>

## **Pour aller plus loin**

SHERBORNE, Veronica.(1990), *Developmental Movement For Children*. Worth Publishing, 2001.

LABAN, Rudolph. *La danse moderne éducative*. Éditions Complexe et Centre National de la Danse, 2003. ISBN 2-87027-936-1.

HILL, Cyndi. *Communication through Movement : SDM towards a broadening perspective*. Sunfield Publications – Clent 2006.

MARSDEN Elizabeth, EGERTON Jo. *Moving with Research, evidence-based practice in Sherborne Developmental Movement*. Sunfield Publications – Clent 2007.

*Un regard sur la pédagogie de Veronica Sherborne*. Sherborne foundation Belgium, 2009. DVD en français.

*Sherborne auprès des personnes adultes présentant une déficience physique et mentale*. Sherborne foundation Belgium, 2009. DVD en français.

*Cette fiche réalisée par le Centre de Ressources Multihandicap a été validée par Cathy Persoons , ergothérapeute en pédiatrie et formatrice internationale francophone.*

*Elle est conçue pour aider les familles et les professionnels à mieux appréhender ce concept et elle donne, de manière objective, un accès facile aux informations essentielles à la compréhension.*

*Elle peut-être librement utilisée à condition de l'attribuer à son auteur, en citant son nom (Centre de Ressources Multihandicap), de ne pas en faire d'utilisation commerciale et de ne pas la modifier.*

*Fiche créée en mars 2010*

Centre de Ressources Multihandicap

42 avenue de l'Observatoire — 75014 Paris

Tél. 01 53 10 37 37 — courriel : [contact@crmh.fr](mailto:contact@crmh.fr)

[www.crmh.fr](http://www.crmh.fr)