

Engagement des participants

- ✓ Quel que soit votre niveau d'implication, vous êtes invités à communiquer sur :
 - ce qui vous convient ou pas
 - ce pour quoi vous êtes d'accord ou pas
- ✓ Respecter position & avis des autres
- ✓ Accepter & reconnaître les principes & limites de chacun

✓ PROGRAMME PÉDAGOGIQUE

- L'alliance relationnelle en relaxation
- Observer la nature des ressentis éprouvés
- Le toucher relaxant & les étirements articulaires
- Utilisation d'outils & de conseils dans l'accompagnement

✓ THÉORIE

- Étude des effets émotionnels en relaxation
- Symptômes & des effets du toucher sur le tonus
- Anatomie énergétique : corps, émotions, pensées
- Principes fondamentaux du toucher en Psychomassage®

✓ PATHOLOGIES ABORDÉES

- Mal être : révélateur & fragilités
- Pathologies liées à la vie quotidienne
- Etude des tensions musculaires chroniques
- Souffrance & douleur : représentation & enjeux
- La détresse psychologique due à la souffrance notamment au travail

Etude des gestes de base Psychomassage®

Issue de la pédagogie active et interactive notre méthode est innovante et créative. Le cadre est déontologique, structuré et rigoureux.

L'apprenant est un acteur dynamique dans son parcours d'évolution.

L'enseignement en groupe est expérientiel, soutenu par de la théorie et de l'analyse didactique des vécus.

Centre de Formation du Psychomassage®



MP2-1

OBJECTIFS

Savoir repérer et accueillir en soi ou chez l'autre les besoins et accompagner l'émotion lorsqu'elle est présente.

Acquérir une posture assez distanciée pour ne pas créer d'interférences avec la personne qui bénéficie du massage.

PSYCHOMASSAGE®

Premier palier

Assimiler les bases du Psychomassage® en tant qu'outil au service d'un processus de détente et de bien-être.

A l'écoute des réactions des personnes reçues sans intervenir. A l'écoute de vos propres réactions physiques, énergétiques et psychologiques. Début d'assimilation et application stricte de la technique de massage.

ÉTUDE DES GESTES TECHNIQUES

Positionnement

- Buste, épaules, trapèzes, nuque, visage, ventre
- Dos, hanches, bras, mains, Jambes, fesses, pieds
- Drainage selon la Méthode-Clématis®
- Touchers : relationnel, haptomique, corporel

FACE ARRIÈRE DU CORPS

Base Technique du toucher



1^{er} palier du Psychomassage®

Clématis®

Organisme de formation professionnelle⁽¹⁾



⁽¹⁾ Datadocké & référencé par les financeurs, OF Clématis® est une association à but non lucratif, Loi 1901. Siège 52, Avenue Anatole France 94400 Vitry-sur-Seine, Siret 801 566 241 00015 — N° de Déclaration d'Activité (NDA) 11 75 53827 75 auprès du Préfet du Val de Marne, cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat — Contact : Nicole Lavigne 06 23 08 60 24.

✓ PRÉREQUIS

- Entretien & remplir la fiche de pré-inscription

✓ COMPÉTENCES ACQUISES

- Reformuler, écouter, oser toucher
- Développer le sens de l'observation
- Maîtriser les gestes fondamentaux du massage

✓ MODALITÉS D'ÉVALUATION DU MODULE

- Grille formateur, Auto-évaluation, Carnet de suivi
- Questionnaires Google Forms (*dossiers pédagogiques*)
- Compte rendu de séance avant chaque GRC suite à l'AFPEA

✓ STAGE PRATIQUE

L'AFPEA (Action de et son corollaire le GRC (Groupe de Raisonnement Clinique) facilitent la professionnalisation de l'apprenant. Cette pratique alternative est encadrée par un membre de notre équipe pédagogique.

L'AFPEA se déroule sur le terrain en situation d'expérimentation pour préparer l'apprenant à exercer en dehors de tout regard d'autorité.

✓ ÉLÉMENTS DE RÉALISATION DE L'ACTION

- Engagement de l'apprenant
- Emargement des fiches de présence
- Questionnaire de satisfaction à chaud (Fiche N° 4)
- Certificat de réalisation (GRC inclus) ou attestation (Réalisation partielle)

ACCÈS & DURÉE

Formation en présentiel, ouverte à l'inscription
Présentiel sur 5 jours du lundi (14h) au vendredi (17h)

LIEU & DATES

LIEU La Grange Madame 8, rue de la Sayette 79340 à Vasles
Consulter le site internet, pages évènement pour connaître les dates

HORAIRES

Visio (zoom) 20h30-22h30
Présentiel : 1^{er} jour 14h, dernier jour 17h
Journées normales : 9h30-12h30 / 14h-17h / 17h30-19h30

TARIF

Tarif associatif membre Actif : 120 €/jour
Tarif normal ou avec prise en charge : 135 €/jour

ACCESSIBILITÉ PSH

Accessibilité possible selon la nature de la situation du handicap

Formatrice & Contact

NICOLE LAVIGNE

06 23 08 60 24

Fondatrice de l'école
Créatrice du Psychomassage®



RÉFÉRENCES

30 ans d'expérience
spécialisée dans la formation de thérapeutes
Somatanalyste

D.E.S.S.

Université de Paris-X

Grade Maitre Processus de formation & développement
des compétences dans le management de projet

Maîtrise

Formation d'adultes et animation d'équipes éducatives

Membre de la Fédération Européenne 3Psy

Coordinatrice administrative

Référénte pédagogique & démarche qualité

Jury d'examen pendant 10 ans

Superviseur



RÉFÉRENT HANDICAP & SUIVI D'ÉLÈVES

Nicole LAVIGNE 06 23 08 60 24

COORDINATRICE & RÉFÉRENTE COMMUNICATION

Isabelle LE LAY 06 64 80 98 34

✓ GÉNÉRALITÉS

- Pratique protocolaire, fluide, détendue, défatigante
- Réaliser les gestes techniques du massage en relaxation
- Intégrer les liens, les transferts du poids du corps et d'un pied à l'autre

✓ JOUR 1

- *Ecoute* : respect, présence (notion d'existence), accord non verbal
- *Placement* : position des pieds, du corps, économie du déplacement
- *Technique de base* : effleurage, pression glissée, pressions profondes
- *Variation sur les mouvements* : liens pour faciliter les déplacements

✓ JOUR 2

- *Ecoute* : sentiment plaisant, agréable, à l'écoute des impressions
- *Placement* : verrouillage, sécurisant, hauteur, accord (masseur, massé)
- *Contact* aux lombaires, haut du corps, épaules, tête, nuque, dos, fesses
- *Technique de base* : effleurage, pression glissée, pressions profondes
- *Variation sur les mouvements* : liens entre les zones

✓ JOUR 3

- *Placement* : leviers, fluidité, harmonie (rythme, respiration)
- *Déplacement* : juste distance, transfert du poids, économie du mouvement
- *Contact* aux mains, mains, poignets, avant-bras, coude, bras, épaules
- *Technique de base* : technique respiratoire, drainage des bras
- *Variation sur les mouvements* : enchainements (dialogue non verbal)

✓ JOUR 4

- *Déplacement* : défatigue progressive dans l'acte de masser
- *Technique de base* : juste distance, transfert du poids, arrondi des gestes
- *Contact* aux pieds : chevilles, mollets, creux poplité, cuisse, fesses
- *Technique de base* : technique respiratoire, drainage des jambes
- *Psychologie* : observation des ressentis émanant de soi et/ou de l'autre

✓ JOUR 5

- *Déplacement* : déblocage (*liberté*), accompagnement créatif, l'équilibre
- *Psychologie* : massage construit comme une conversation (*invitation*)
- *Technique* : liens entre les zones, liens pour faciliter les déplacements
- *Variation sur les mouvements* : enchainements (*dialogue non verbal*)