

Approche psychocorporelle : soin de bien-être  
par le toucher

**RELATION, RECHERCHE & ETP**

Ref : RECRS06A



### Compétences visées

*Pratiquer des soins par le toucher, le massage de bien-être, supports de la relation de soin et d'accompagnement.*

---

## Objectifs et contenus

### **Analyser les besoins de toucher**

- Le besoin du toucher dans la société selon la culture et l'âge.
- Les soins de bien-être selon les différentes traditions.
- Le besoin de bien-être, de confort, de sécurité.
- Le toucher comme langage communicationnel.

### **Identifier les grands principes éclairant les pratiques psychocorporelles**

- Le toucher et le rapport à soi.
- Le toucher, base du soin.
- L'approche du corps de l'autre.
- Le respect, la pudeur, la dignité, l'intimité.
- Le schéma corporel, l'image de soi, l'estime de soi.
- La « juste distance » et l'accompagnement.
- Les mécanismes de défense.
- L'éprouvé corporel.

### **Apprendre à? capter l'attention, clarifier l'intention, oser l'intuition**

- La capacité à se rendre disponible à l'autre : respiration, ancrage, échauffement.
- La capacité à suggérer, proposer et non imposer.
- L'incidence de la voix, du regard, de la proximité, du rythme, des mouvements, de l'odeur.
- L'approche et la qualité du premier contact.
- L'attention portée aux messages corporels.
- L'écoute du langage du corps.

### **Apprendre des gestes pratiques par l'expérimentation « du donner et recevoir » lors d'un massage bien-être**

- Les techniques d'apaisement : posture, écoute, accompagnement, détente et respiration.
- Le bien-être par les gestes d'installation.
- Les gestes de massage sécurisants, structurants, enveloppants et leurs bienfaits.
- Le massage de confort des différentes zones corporelles : indications et limites.
- L'importance du débriefing : vécu de la séance, ressentis...

### **Évaluer la qualité du geste lors d'un massage bien-être**

- La qualité du soutien et de la prise.
- La qualité de la douceur et de la pression.
- La confiance et la méfiance.
- L'enveloppe peau.
- Les bienfaits du toucher
- L'éventuelle agressivité du toucher.
- Le processus corporel et sa validation : repli sur soi, rétractation, crainte...
- L'équilibre postural pour préserver son capital corporel lors d'un massage.

## Méthodes

- Apports conceptuels.
- Exercices pratiques : massages en binôme, postures adaptées.
- Analyse de pratiques.

## Personnes concernées

Tout professionnel de santé et socioéducatif.

## Valeur ajoutée

La formation s'appuie sur de nombreuses mises en pratiques de massage bien-être où chacun pourra expérimenter le « donner » et le « recevoir ». Elle est animée par des professionnels expérimentés dans la pratique du massage bien-être dans le cadre de leur exercice professionnel.

## Pré-requis

Aucun

## Formation Inter & Intra

### Lyon - Septembre 2024

>> Du 09-09-2024 au 11-09-2024

#### Intervenant :

LEMAIRE-BOURELLE Nathalie

- Infirmière.
- Cadre de santé.
- Naturopathe (RNCP).
- Praticienne en massage bien-être.
- Formée au toucher relationnel auprès des personnes âgées et/ou en situation de handicap.
- DIU en éthique médicale.

#### Prix

Tarif Inter **1080 €** Net de taxe

Tarif Intra **Nous Contacter**

### Lyon - Septembre 2025

>> Du 08-09-2025 au 10-09-2025

#### Intervenant :

LEMAIRE-BOURELLE Nathalie

- Infirmière.
- Cadre de santé.
- Naturopathe (RNCP).
- Praticienne en massage bien-être.
- Formée au toucher relationnel auprès des personnes âgées et/ou en situation de handicap.
- DIU en éthique médicale.

#### Prix

Tarif Inter **1080 €** Net de taxe

Tarif Intra **Nous Contacter**

Mise à jour le : **18/03/2024**