

Nouvelles dates
consultables sur
www.toucher.fr

Une formation **ouverte à tous**
en 4 niveaux suivant votre motivation
20 jours de formation par niveau

30 ans
d'expérience

10
journées
découverte

Formation
certifiante
reconnue

à la Relation d'Aide par le Toucher®

MÉTHODE R.A.T.®

"MASSAGE MIEUX-ÊTRE", reconnu par la FFMBE
(Fédération Française de Massage Bien-Etre)

FRANCE

PARIS - LYON - SAVOIE - LOT
- PROVENCE - ARDECHE
- TOULOUSE



BELGIQUE

BRABANT WALLON
LUXEMBOURG
CAPELLEN

Le toucher, un outil privilégié de libération et de réparation



Une formation à la relation d'aide basée sur la qualité de la présence à l'autre et qui associe le corps, le toucher et la parole.

Une démarche globale qui tient compte de toutes les dimensions de l'être humain : corporelle, affective, mentale, relationnelle et transpersonnelle.

Un enseignement synthétique qui fait appel à plusieurs techniques de toucher et intègre les acquis de différentes approches thérapeutiques et énergétiques.

Une pédagogie par l'expérience vécue, fruit de plus de trente années de travail et en constante évolution.

Le toucher ...

un outil privilégié de libération et de réparation

Grâce au toucher, chacun a la possibilité d'entrer en contact avec une dynamique intérieure qui favorise la guérison des troubles psychosomatiques et la transformation des situations de vie problématiques. Plus qu'une technique de soins ou de bien-être, la Relation d'Aide par le Toucher® a pour but de réveiller et de catalyser cette dynamique intérieure en aidant chacun à dépasser ses tensions corporelles, ses nœuds émotionnels et ses croyances mentales limitatives pour mieux mobiliser ses ressources personnelles.

Outil de libération et de réparation, le toucher favorise et soutient un processus global de guérison et d'évolution. Le processus thérapeutique engendré par le toucher s'accomplit dans le respect du cheminement de la personne à partir des difficultés qu'elle rencontre dans son corps, ses relations et son quotidien.

une formation ouverte et didactique

La formation insiste sur la qualité de la présence à l'autre et l'ouverture du cœur. Elle souligne l'importance du cheminement personnel des participants et met l'accent sur la relation qui s'établit entre le thérapeute et son patient, et plus particulièrement, sur l'écoute et la responsabilisation.

Elle élargit l'approche thérapeutique classique en prenant en compte conjointement les dimensions corporelles, psychologiques et énergétiques des problématiques de vie.

un apprentissage par l'expérience

Essentiellement pratique, la formation se construit sur le principe de l'apprentissage par l'expérience vécue. Les participants s'entraînent mutuellement l'un avec l'autre à partir des propositions d'exercices et des indications données par le formateur.

Des temps de parole, par deux ou en groupe, permettent à chacun de faire le point sur sa pratique et de poser ses questions. La formation demande un engagement des participants dans les processus proposés et il leur est conseillé de suivre parallèlement un accompagnement thérapeutique individuel. Les documents pédagogiques en pdf reprenant le contenu des stages et les notions théoriques sont inclus dans le prix de la formation.

Bien que cette formation soit **ouverte à toutes les personnes débutant dans le domaine du toucher**, même sans aucune expérience préalable, les professionnels de la relation d'aide et les soignants (psychologues, éducateurs, logopèdes, ergothérapeutes, kinésithérapeutes, ostéopathes, infirmières...) trouveront dans la formation une approche du toucher qui, au-delà des techniques employées, fait le lien entre le somatique et le psychique.

Ils y découvriront des outils qui compléteront et enrichiront leur pratique, quelle qu'elle soit. Ils développeront, dans la relation avec leurs patients, une qualité de présence qui est la condition d'un résultat thérapeutique.

Retrouvez la présentation de la formation et des différentes techniques ainsi que de nombreux articles sur le site internet www.toucher.fr

NIVEAU I

Les techniques de base du toucher

Le toucher est la plus ancienne thérapeutique “inventée” par l’homme. C’est aussi certainement le moyen de communication le plus instinctif et le plus authentique. Gage d’amour au sens large, signe de reconnaissance et d’acceptation, le toucher restaure la confiance en soi et dans les autres. Au-delà des mots et du mental, il vous met en contact avec votre corps, votre ressenti et vos vrais besoins. Au travers de l’apprentissage de différentes techniques de toucher non médical et d’exercices de conscience sensorielle, le niveau I vous permet de retrouver “un toucher qui fait du bien”.

Dans ce but, la Relation d’Aide par le Toucher® associe plusieurs approches :

- Massage californien
- Shiatsu
- Relaxation coréenne
- Polarités
- Réflexologie plantaire
- Conscience relationnelle

Voir la présentation détaillée de ces techniques en page 5.



PROGRAMME DU NIVEAU I

- > L’approche psychosomatique : le lien entre le corps et la vie ;
- > Les différentes dimensions du toucher : contact, perception, mouvement, pression, transmission énergétique... ;
- > Les techniques de base : californien, shiatsu de base, relaxation coréenne, réflexologie plantaire, polarités ;
- > Les différents enchaînements ;
- > L’importance de la respiration dans le toucher ;
- > Créer la confiance et la sécurité par le toucher ;
- > La relation entre les tensions physiques et les attitudes de vie ;
- > La dimension relationnelle du toucher et la présence à l’autre ;
- > L’intention dans le toucher ;
- > La perception et l’harmonisation de l’énergie ;
- > Le choix des techniques : quand et pourquoi les employer et les associer ;
- > L’utilisation de la visualisation dans le toucher.

20 jours soit 140 heures d’apprentissage + 30 heures de travail personnel à partir des documents de travail remis lors des stages.

NIVEAU II

Toucher et accompagnement relationnel

Plus qu’une technique de bien-être et de remise en forme, la Relation d’Aide par le Toucher® a pour but d'aider la personne à se sentir mieux dans son corps mais aussi dans sa vie. Pour ce faire, le praticien doit être capable d'identifier les difficultés de la personne, d'adapter son toucher et d'intégrer les vécus corporels, les sentiments, les images intérieures et les souvenirs mis à jour par le toucher.

Le niveau II a pour objectif de vous aider :

- à personnaliser et à améliorer votre pratique en l’adaptant aux besoins de l’autre
- à agir par le toucher sur des tensions spécifiques en relation avec une difficulté de vie
- à acquérir des outils précis de communication et d’intégration verbale pour gérer les réactions au toucher et faire le lien avec la vie.

Durant ce niveau II, les participants expérimentent ensemble le processus de Relation d’Aide par le Toucher® et l’accompagnement thérapeutique à partir de leurs difficultés personnelles.

PROGRAMME DU NIVEAU II

- > Anamnèse psychosomatique et objectifs d’une séance ;
- > Le repérage des tensions spécifiques et des blocages énergétiques ;
- > L’investissement du praticien et du patient ;
- > Perfectionnement du toucher et synthèse des techniques ;
- > Attitudes de communication et pratique de la communication non-directive ;
- > Les principes et les différentes techniques d’intégration du toucher ;
- > Savoir gérer et intégrer les réactions émotionnelles ;
- > L’influence du passé et du système familial ;
- > Le toucher et l’influence du processus de naissance ;
- > La pratique d’un toucher énergétique ;
- > La psychodynamique et l’équilibrage des «étages» du corps.

20 jours soit 140 heures d’apprentissage + 30 heures de travail personnel à partir des documents de travail remis lors des stages.

Chaque niveau comprend 14 jours de formation étalés sur l’année et 6 jours de stage résidentiel d’été.

À la fin du niveau I, vous êtes capable de donner une séance complète de détente et de remise en forme. La participation complète aux 20 jours de niveau I vous donne l'accès au niveau II.

À la fin du niveau II, vous êtes capable de donner la meilleure séance possible associant toucher et intégration verbale pour aider une personne dans son corps et dans sa vie. La participation à l’intégralité du niveau II vous permet de recevoir, après avoir satisfait à une évaluation théorique et pratique, le « Certificat de Praticien en Techniques de Toucher® » et vous donne la possibilité de vous inscrire à la formation didactique. Vous avez aussi la possibilité d’adhérer à la FFMBE (Fédération Française de Massage Bien-Être).

La Relation d'Aide par le Toucher[®]

Dans la Relation d'Aide par le Toucher[®], le corps est pris en compte dans sa globalité psychosomatique et énergétique en correspondance avec l'histoire de la personne et ses attitudes de vie. C'est pourquoi la Relation d'Aide par le Toucher[®] s'affirme comme une démarche particulièrement efficace tant pour l'amélioration des troubles physiques que pour la résolution des difficultés de vie. Les schémas familiaux et les croyances mentales doivent être clarifiés, les résistances prises en compte et de nouvelles possibilités d'être doivent être élaborées.

Ce processus, qui se déroule sur un cycle de séances, demande une compréhension approfondie de la pratique du toucher et des enjeux d'une relation thérapeutique.

Tout en vous proposant de perfectionner votre pratique du toucher et des outils d'intégration, la formation didactique vous invite à trouver votre place de thérapeute en apprenant à gérer les phénomènes relationnels propres à toute relation d'aide.

PROGRAMME DES NIVEAUX III ET IV

- > La démarche spécifique de la Relation d'Aide par le Toucher[®] ;
- > Les grilles de lecture du corps et le décodage psychosomatique des tensions ;
- > Le perfectionnement de la pratique du toucher, du repérage des tensions et l'évaluation des résultats ;
- > Les différentes fonctions thérapeutiques du toucher : soutien, confrontation... ;
- > La fonction intuitive appliquée au toucher et l'accompagnement ;
- > Le perfectionnement des techniques de toucher énergétique ;
- > L'organisation des séances et les différentes phases de la relation d'aide ;
- > La clarification des croyances mentales et des schémas familiaux ;
- > La mobilisation des ressources et les choix de vie ;
- > Les demandes particulières : deuil, abus, dépendances... ;
- > Les différents types de résistances et leur prise en compte ;
- > La place de l'imaginaire et le rêve éveillé ;
- > La relation avec l'argent et le positionnement social ;
- > Le positionnement thérapeutique et les phénomènes de transfert ;
- > La motivation et l'éthique professionnelle ;
- > Questions-réponses à partir d'études de cas.

Le but des niveaux III et IV est de vous permettre de conduire une série de séances d'aide par le toucher[®] pour la résolution d'une difficulté de vie ou/et d'un problème psychosomatique.

Le programme, adapté aux participants, est orienté vers la pratique professionnelle mais il est ouvert à tout participant issu du niveau II qui désirerait perfectionner sa pratique.

Pour le niveau III : 20 jours de formation en résidentiel soit 140 heures d'apprentissage + 30 heures de travail personnel à partir des documents de travail remis lors des stages.

Pour le niveau IV : 20 jours de formation en résidentiel soit 140 heures d'apprentissage + 30 heures de travail personnel à partir des documents de travail remis lors des stages et la préparation de la certification.

A la fin des niveaux III et IV, vous êtes invités à présenter des études de cas qui vous permettent, en plus d'une évaluation de votre démarche personnelle pendant la formation, d'être certifié en Relation d'Aide par le Toucher[®]. Pour ceux qui souhaitent l'obtention du Certificat de Somatothérapeute, la rédaction et la présentation d'un mémoire seront demandées.

La présentation d'un mémoire de fin de formation vous donne accès à la Certification de Somatothérapeute en Relation d'Aide par le Toucher[®] qui vous permet de devenir membre titulaire de la FF2S (Fédération Française de Somatothérapie et Somato-psychothérapie). Les participants qui veulent présenter leur mémoire bénéficient d'un suivi personnalisé. L'école organise régulièrement des journées de supervision accessibles à partir des niveaux III et IV.

A SAVOIR

LA FORMATION À LA RELATION D'AIDE PAR LE TOUCHER[®] - MÉTHODE R.A.T[®] - EST AFFILIÉE À LA :

- **F.F.M.B.E. (Fédération Française de Massage Bien-être)**
www.ffmbe.fr
- **FF2S (Fédération Française de Somato-psychothérapie)**
www.ff2s.eu

Contenu du niveau 1

Le niveau I comporte 20 jours de formation, soit 14 jours durant l'année académique proposés en Belgique, en France et au Luxembourg ainsi que 6 jours de stage résidentiel en été.

DATES : Retrouvez les différentes dates et lieux de formation sur notre site internet www.toucher.fr

Massage californien : Initiation en 6 journées.

Grâce à la qualité de contact, l'intégration du corps dans sa globalité et l'éveil sensoriel, le massage californien nous permet d'accéder progressivement à une détente physique et mentale bienfaisante. Nous apprendrons, chacun à notre rythme, à effectuer un massage complet adapté aux besoins de l'autre dans la confiance en notre capacité à bien toucher.

(Possibilité de deux week-ends de perfectionnement pour les participants intéressés).



Shiatsu : Initiation en 4 journées.

Le shiatsu est basé sur un système complet et cohérent qui définit le corps humain à travers un réseau de méridiens. Cette technique consiste à effectuer des pressions mesurées et rythmées sur certains points du corps pour gommer les tensions et rééquilibrer les énergies en renforçant les réactions d'auto-guérison de l'organisme.

(Possibilité d'un week-end de perfectionnement pour les participants intéressés).



Réflexologie plantaire : Initiation en 2 journées.

La réflexologie plantaire est une méthode de massage douce et complète qui stimule les zones réflexes des pieds. Elle contribue à la fois à activer la circulation sanguine et le système lymphatique, à faciliter l'élimination des toxines, à relaxer le système nerveux et à rééquilibrer les fonctions endocrines. Vous apprenez à repérer et à traiter les zones réflexes pour équilibrer les différentes fonctions de l'organisme. La réflexologie plantaire se pratique sur soi-même ou sur un partenaire.



Relaxation coréenne : Initiation en 2 journées.

Par la vibration des différentes parties du corps, au rythme lent des séquences qui s'enchaînent, dans l'alternance des mouvements et des temps d'arrêt, le corps se relâche, s'étire, reprend naturellement sa place, les articulations se débloquent et la respiration se libère. Nous apprendrons de manière ludique à donner et à recevoir ce beau cadeau. (Possibilité d'un week-end de perfectionnement pour les participants intéressés).



Stage de synthèse en résidentiel d'été : 6 journées.

Ce stage constitue une synthèse et une intégration du programme de niveau I ainsi qu'une transition, pour ceux qui le souhaitent, vers le niveau II de la formation. Au programme : confiance et contact relationnel, perfectionnement des différents enchaînements de massage au travers des diverses techniques abordées durant l'année, choix des techniques pour une meilleure adaptation au patient, travail ciblé sur les tensions du corps, signification des tensions, toucher et développement personnel. Par l'apprentissage des polarités et du travail énergétique, nous explorerons des outils de visualisation conjugués à un enchainement d'imposition des mains sur des endroits précis du corps.

Pension complète : prix variable selon le mode d'hébergement choisi. Les stages résidentiels sont en pension complète. Le coût des repas et de l'hébergement est à régler sur place directement au lieu d'accueil, sauf accord spécifique avec certains centres.

Dates des formations : les dates des niveaux II, III et IV qui débutent à l'automne de chaque année sont communiquées aux participants intéressés avant le 1^{er} mai de l'année en cours.

Coût des formations : les niveaux II, III et IV ont le même coût que le niveau I.

Retrouvez les différentes dates et lieux de formation sur www.toucher.fr

A SAVOIR

Stages spécifiques

You vous voulez simplement apprendre une technique ?

Dans une optique de pratique personnelle, vous pouvez participer durant l'année à des week-ends ouverts à tous et consacrés chacun à une technique de toucher : Massage californien, Shiatsu, Réflexologie plantaire, Relaxation coréenne, Polarités énergétiques.

> Reportez-vous au programme détaillé en page 5 ou à l'onglet «Massages Mieux-Etre» & «Techniques de toucher» sur notre site www.toucher.fr.

Vous pouvez également participer aux 6 premiers jours du niveau I avant de décider de vous engager pour la totalité du niveau I (équivalent au stage de Massage californien).

> Reportez-vous au coût de la formation en page 8.

En fonction de votre expérience dans le domaine du toucher, des « Equivalences » peuvent vous être octroyées vous permettant de ne pas devoir participer à certains modules.

STAGES SPÉCIFIQUES

Ouverts à tous, les stages spécifiques s'adressent aux personnes intéressées par l'apprentissage d'une technique en particulier (Massage californien, Shiatsu, Réflexologie plantaire, Relaxation coréenne, Polarités énergétiques) enseignée dans la formation.

