Programme de Formation

Apaiser, détendre, communiquer, Relaxation et massage dans les pratiques de soin et d'éducation

Dans la relation à la personne handicapée ou polyhandicapée, le contact corporel et le toucher sont des moyens privilégiés de communication. Le corps est bien souvent notre principal outil de travail. Il demande de l'attention, des soins, il ressent les tensions, les souffrances ou le bien-être de l'autre. À ce titre, la relaxation et le massage non thérapeutique apparaissent comme des moyens particulièrement efficaces pour prendre du temps avec la personne, pour échanger, partager mais aussi soulager, apaiser, détendre.
Cette formation propose une initiation aux techniques de relaxation adaptées aux personnes handicapées. Elle se propose également de mettre chacun à l'écoute de ses propres sensations corporelles pour améliorer sa capacité d'écoute de l'autre.

Organisation

Durée : 21 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique

Public visé

Professionnels soignants ou éducatifs qui interviennent dans la mise en place de techniques de relaxation adaptées aux personnes accompagnées.

Objectifs pédagogiques

- Repérer l'importance du contact corporel et du toucher dans la relation d'aide et de soin.
- Expérimenter le rapport à son propre corps et au corps de l'autre.
- Mettre en application quelques techniques de massage non thérapeutique et de relaxation.
- Adapter les techniques apprises au handicap et aux besoins de la personne prise en charge.
- Élaborer un projet d'activité centré sur la relaxation et le massage non thérapeutique.

Description

Approche théorique

- L'importance du toucher dans le développement de l'être humain.
- Les différentes techniques de relaxation et de massage non thérapeutique.
- Leur adaptation en fonction du handicap.

Approche pratique

- Exercices de mise en confiance et d'approche du toucher.
- Exercices pratiques de massage non thérapeutique et de relaxation avec ou sans matériel médiateur.
- Apprentissage de techniques simples et utilisables dans le cadre professionnel.
- Les conditions à réunir pour mettre en place un atelier de massage ou de relaxation.

Prérequis

Aucun

Informations sur l'accessibilité

Pour tout échange ou demande de mise en confort, vous pouvez contacter notre référent handicap à l'adresse : apf.formation@apf.asso.fr

Modalités pédagogiques

La méthode pédagogique est active et participative, elle s'appuie sur des contenus théoriques (PPT, vidéos), des analyses de cas, des ateliers pratiques et des échanges entre les participants.

Moyens et supports pédagogiques

Sur le plan matériel, est requise une salle spacieuse adaptée à la formation, équipée d'un vidéoprojecteur et d'un tableau blanc.

Modalités d'évaluation et de suivi

Avant la formation : Les participants seront invités à renseigner un questionnaire afin d'évaluer leur niveau de connaissances des objectifs de la formation.
Pendant la formation : Plusieurs évaluations seront réalisées afin de mesurer la progression de chaque participant.
A l'issue de la formation : Un questionnaire sera communiqué aux participants afin d'évaluer l'atteinte des objectifs de la formation ainsi que leur niveau de satisfaction. Un questionnaire leur sera envoyé à 1.5 mois afin de mesurer la mise en pratique de la formation et les acquis en situation de travail.

Profil des formateurs

psychomotricienne