



Ganesh



Shiva

Technicien en Somatothérapie
(ou Massage Bien-être)
pouvant se poursuivre par la
Formation Praticien en Somatothérapie

Michèle Lasserre, 06 74 80 37 29 - somato.michele@orange.fr - SARLAT - www.zenenergie.fr



2ème année

Premier module : **M**assage et **I**mage (4 jours/28 heures)
Deuxième module : L'**E**nfant **I**ntérieur (5 jours/35 heures)
Troisième module : les **L**abyrinthe (5 jours/35 heures)
Quatrième module : Les **C**ompensations (5 jours/35 heures)
Cinquième module : **D**étente **p**rofonde (5 jours/35 heures)
Sixième module : **R**évisions et **R**eformulation (4 jours/28 heures)
Septième module : **R**ebirth (5 jours/35 heures)
Huitième module : **R**êve **é**veillé (4 jours/28 heures)

Dans chaque module, vous aurez une préparation et un éveil corporel, un exposé théorique, une Pratique de technique de massage, de l'Art thérapie, un partage et un retour d'expérience.

Toute cette Formation est accompagnée d'un (ou une) psychologue diplômé d'État.

Cette formation, se déroulant en petit groupe, permet un suivi personnel et individuel, tenant compte du cheminement et ressenti de chacun afin de libérer l'égo ainsi que les blocages émotionnels.

DURÉE : 259 heures (8 mois /8 modules) 80% de pratique

PUBLIC : Toute personne désirant se reconverter professionnellement, les professionnels de santé et de médecines douces, les praticiens en massages esthétiques à des fins de thérapies complémentaires.

LIEU : Cabinet – 12 allée Majoral PIERRE MIREMONT 24200 SARLAT la CANEDA

PRÉ-REQUIS : Avoir suivi la 1ère année de formation "Technicien en somatothérapie" ou "LM Massage Bien-Être"

NOMBRE DE STAGIAIRES: 2 à 6 personnes

OBJECTIFS : Ce cours spécialisé vous permettra l'acquisition des techniques et pratiques de la Somatothérapie (ou de relation d'aide par le Toucher).

- Savoir accueillir les émotions et autres ressentis des personnes massées.
- Connaître toute la symbolique du corps
- Effectuer un travail approfondi sur la confiance en soi, la posture corporelle et psychique, ainsi que sur les valeurs.

MODALITÉ PÉDAGOGIQUE : Evaluation de pratiques professionnelles par observations du responsable de formation et une évaluation des connaissances théoriques par QCM.

BESOINS SPÉCIFIQUES : avoir 2 bras et 2 jambes.

Suivi et évaluation : Formation en binôme et individuelle.

Durant la Formation, chaque élève pratique et reçoit alternativement pour : *apprendre, ressentir et vérifier* l'efficacité du massage.

Les formations sont effectuées dans le respect et la dignité de chacun.

1. Phase d'apprentissage pendant le stage : le suivi, l'exécution du programme et l'appréciation des résultats sont effectués par la formatrice, avec des quizz et fiches d'évaluations.
2. Phase de contrôle final : l'appréciation des résultats est effectuée par la formatrice avec des recadrages techniques par celle-ci si besoin.
3. Une attestation de stage sera délivrée au terme de la session. La remise de cette attestation se fait suite à un "rendu" du stagiaire sur sa propre expérimentation de 5 à 6 massages pratiques. Ainsi qu'un massage de contrôle final effectué sur la formatrice elle-même.
4. La Formation a pour but de vous enseigner une façon de toucher, avec des règles, des protocoles précis et bien spécifiques.

LA MAITRISE DE CES PROTOCOLES NÉCESSITE BEAUCOUP DE TRAVAIL PERSONNEL,
IL EST INDISPENSABLE QUE VOUS RÉPÉTIEZ VOS PROTOCOLES TRÈS SOUVENT (C'EST L'ENTRAÎNEMENT QUI EST
FONDAMENTAL).



1. Justifier par courriel l'inscription de chaque personne.
2. Entretien : Besoins du participant et ses objectifs personnels par rapport à la Formation.
3. Courriel de confirmation avec récapitulatif de l'Entretien.
4. Il y a en tout 8 Modules répartis sur 8 mois en présentiel obligatoire pour un coût total de 3800€ TTC.
5. A chaque Module correspond un livret récapitulatif, avec des supports pratiques et pédagogiques.





Module 1

« **Massage et Image** » (4 jours/28 heures)

Accueil des participants et cercle de parole. Présentation de la PNL (programmation neurolinguistique)

Apprentissage du Massage Enveloppant avec PNL

Démonstration et pratique aller et retour

Echauffement corporel, Détente et Relaxation

Comment « reprogrammer » un souvenir souffrant en un souvenir bienfaisant

Remise d'un livret pratique d'exercices (support pédagogique de travail).

Module 2

« **L'Enfant Intérieur** » (5 jours/35 heures)

Accueil des participants et cercle de parole.

Massage de l'Enfant Intérieur, exercice de Gestalt thérapie et Constellation Familiale

Echauffement corporel, Détente et Relaxation

Art Thérapie

Démonstration des massages de l'Enfant Intérieur avec mise en pratique des techniques précédemment acquises (1ère année)

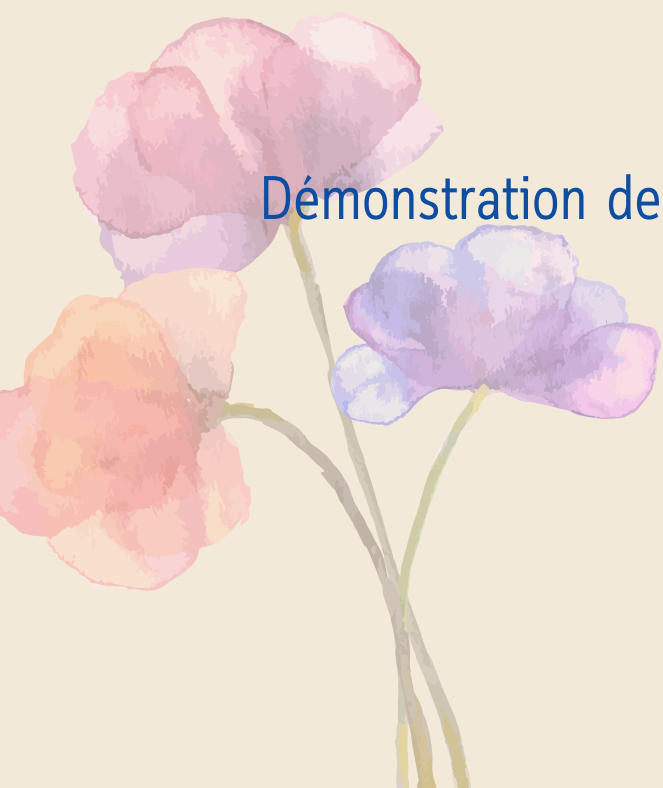
Pratique aller et retour

Partage des ressentis

Psychopathologie (avec le concours d'un psychologue certifié), travail sur les névroses

Soirée théâtralisée avec la méthode Gestalt, thème : "L'Enfant Terrible

Remise d'un livret pratique d'exercices (support pédagogique de travail)



« **Le Labyrinthe** » (5 jours/35 heures)

Apprentissage de la Bio-énergétique des Dr Reich et Lowen : Méthode de libération des tensions à l'aide de gestes répétitifs effectués sur plusieurs parties du corps.

Démonstration, pratique aller et retour

Art thérapie

Psychopathologie (avec le concours d'un psychologue certifié), travail sur les psychoses ...

Echauffement corporel, Méditation

Remise d'un livret pratique d'exercices (support pédagogique de travail).

Module 4

« **Les Compensations** » (5 jours/35 heures)

Pratique du Shiatsu ciblé sur des circuits précis des méridiens afin d'aider la personne en état dépressif ou en schémas répétitifs de vie.

Démonstration, pratique aller et retour

Matching

Art thérapie

Psychopathologie (avec le concours d'un psychologue certifié), travail sur les fuites et les compensations dans le corps...

Echauffement corporel

Remise d'un livret pratique d'exercices (support pédagogique de travail).

« **Détente profonde** » (5 jours/35 heures)

Grâce à une technique mêlant massage et hypnose, permettre à une personne d'entrer en relaxation et détente profonde du corps et de l'esprit afin de se créer un « lieu ressource ».

Cette technique nécessite plusieurs séances, une fois que la personne a ancré son « lieu ressource » vous pourrez l'accompagner dans les réminiscences de son passé ainsi qu'à se projeter dans son futur.

Cette technique d'hypnose permet à la personne de libérer son imaginaire afin de créer ce qu'elle désire pour sa vie future
(Induction)

Grâce à cette technique d'hypnose respectueuse et au massage vous permettez à la personne de s'aider elle-même.

Démonstration, pratique aller et retour

Art thérapie

Atelier de Psychopathologie appliquée (avec le concours d'un psychologue certifié)

Remise d'un livret pratique d'exercices (support pédagogique de travail).

Module 6

« **Révisions et Reformulation** » (4 jours/28 heures)

Au cours de ce Module nous réviserons et pratiquerons tous les Modules précédents puis, nous apprendrons la Reformulation d'un entretien et d'un Feedback.

Mise en situation

Echauffement corporel

Partage de sa Pratique

Atelier de Psychopathologie appliquée (avec le concours d'un psychologue certifié)

Remise d'un livret pratique d'exercices (support pédagogique de travail)

Module 7

« **Rebirth** » (5 jours/35 heures)

Au cours de ce Module nous apprendrons le « Rebirth » qui par une technique de respiration rapide et de mouvements, permet à la personne d'amplifier ses ressentis sensoriels afin de se libérer de ses tensions ou blocages.

Théorie sur cette technique, sur quoi et comment elle agit.

Démonstration avec un massage

Pratique aller et retour

Echauffement corporel

Art thérapie

Atelier de Psychopathologie appliquée (avec le concours d'un psychologue certifié)

Remise d'un livret pratique d'exercices (support pédagogique de travail).

Module 8

« **Rêve éveillé** » (4 jours/28 heures)

Retour à la PNL

Méditation guidée

Atelier de Psychopathologie appliquée (avec le concours d'un psychologue certifié)

Massage à 6 ou 4 mains en piscine