PROGRAMME DE FORMATION
« LES 7 MASSAGES© »
MASSAGE M4 BUSTE & HYPOCONDRES
LES 7 EMOTIONS

Par Fatima BILGEN
Esthéticienne DE, Docteur en Médecine Traditionnelle Chinoise, Diplômée par l'Université de médecine traditionnelle chinoise de Nanjing (République Populaire de Chine)
Certifiée QUALIOPI N° FR086845-1 – Date originale de certification le 14 Février 2024

DESCRIPTIF DU PROTOCOLE

Ce massage sur ces trois zones clé du corps « buste/Hypochondres/abdomen », va aider à « libérer » les obstructions et stagnations dues aux émotions excessives qui entravent la bonne circulation de l'énergie, notamment au niveau des méridiens. En médecine chinoise, les activités mentales et émotionnelles entretiennent des relations étroites avec les grands systèmes organiques internes. Ainsi, la colère en excès blesse le Foie, l'excès de pensé blesse la Rate, l'excès de tristesse et d'inquiétude blesse le Poumon, l'excès de peur et de frayeur blesse le Rein, une joie excessive blesse le Cœur.
Aujourd'hui nous vivons dans un monde difficile. Les individus sont de plus en plus concernés par les "vécus émotionnels", ce qui les empêche d'avancer ou d'espérer. Ce massage tel un "baume" apportera soulagement et sérénité. Préférer ce massage en cas de : personnes irritables, colère, stress, mélancolie, lassitude mentale, déprime, anxiété, peur, soupirs fréquents, sensation de ballonnement abdominale, oppression thoracique, tristesse, gorge serrée, pleurs faciles, personnes ayant vécu ou vivant des drames, séparation, perte d'un proche…

LES OBJECTIFS PEDAGOGIQUES :

- **Être capable** de comprendre la genèse, l'historique de la MTC, les raisons de son développement et de son succès jusqu'à nos jours,
- **Être capable** de comprendre et d'assimiler les fondements théoriques basiques de la médecine traditionnelle chinoise en lien avec le massage M1 Crâne & Visage,
- **Être capable** d'assimiler l'anatomie et physiologie des méridiens et des points d'acupuncture,
- **Être capable** de comprendre l'origine des maux, des mal-être des individus
- **Être capable** d'assimiler les différents outils de la MTC tels que : Diététique/Art Martial « QI GONG »/Massage Tui Na/Automassage
- **Etre capable** d'utiliser ces outils selon la situation présente de la clientèle, quels bénéfices peut en tirer la clientèle en recherche de bien-être, de beauté et de santé ?
- **Être capable** de recevoir la clientèle, de l'observer, de l'écouter pour identifier ses besoins en matière de beauté, bien-être et santé,

- **Être capable** d'apprendre et d'utiliser les techniques populaires chinoises de respiration ainsi que les exercices nécessaires pour avoir une meilleure mobilité
- **Être capable** de garder la maîtrise de soi et de rester calme dans toutes les situations, travailler avec calme et assurance
- **Être capable** d'élargir la gamme de soins proposés dans le but d'améliorer le bien-être des personnes notamment en pratiquant les 7 massages©

Crâne et visage/Cou et épaules/Dos/Buste, Hypochondre et gorge/Abdomen/Jambes/Pieds

LES METHODES MOBILISEES

En ce qui concerne la théorie

1- **Un livret comme support pédagogique**

Un Support pédagogique sous forme de petit livret et correspondant à l'enseignement du massage M4 « Buste & Hypochondres, les 7 Emotions » sera donné à chaque stagiaire. Cet outil pédagogique est très détaillé, il comporte entres-autres des planches anatomiques, des rappels sur l'anatomie et la physiologie de la peau, des os, des muscles et tendons, des systèmes organiques etc…Le cours de médecine traditionnelle chinoise y est détaillé, la priorité étant de faciliter le déroulé des apprentissages et sa compréhension par l'auditoire.

2- **Utilisation d'un Paper bord**

Il permet de dynamiser le groupe, la formatrice l'utilise pour résumer les objectifs de la formation, expliquer des points particuliers du cours au cours de son déroulement, détailler les schémas utiles à la compréhension du cours, poser des questions pour s'assurer que le cours est bien assimilé, noter les questions des élèves et d'y répondre etc….

3- **Utilisation de planches représentants les méridiens d'acupunctures**
4- **Utilisation de mannequins recouverts des trajets des méridiens**

En ce qui concerne la pratique

Rappel des principes à respecter concernant

- le massage M4,
- le masseur,

Apprentissage des différentes techniques de massage par petit groupe, avec entrainements, mises en situation, travail en binôme ou avec des modèles, massage appliqué
Postes de travail : Utilisation de tables de massage par les stagiaire ainsi que de tout matériel en rapport avec (huiles, crèmes, draps, couvertures, coussins, désinfectants, etc.).

LES MODALITES D'EVALUATIONS

Evaluation théorique

QCM – Questions à développer –

Evaluation pratique

Le stagiaire est évalué sur sa pratique manuelle et sur les différentes techniques du massage M4 appliquées, et étudiées au cours du stage. Outre sa pratique, le stagiaire sera notamment

jugé sur ses capacités à détendre son modèle. Les résultats attendus en terme de bien-être et d'amélioration des conditions de santé pourront se « mesurer » sur son modèle.
La notation pratique est effectuée au moyen d'une grille d'évaluation
A la fin de l'évaluation, une attestation de fin de formation est remise à chaque stagiaire

LE CONTENU DE LA FORMATION :

L'enseignement théorique, comprend :

- Les fondements basiques théoriques de la MTC, son contenu historique, son approche taoïste, les caractéristiques de la MTC qui comprend le principe de globalité, la notion de l'énergie Qi, la notion du système des méridiens,
- Concept, description des 7 émotions selon la médecine chinoise
- Approche de la théorie des 5 éléments et 5 mouvements
- Influence des 7 émotions sur les mouvements de l'énergie QI du corps
- Les points d'acupuncture les plus utilisés pour maitriser les émotions, apaiser le Cœur et calmer l'Esprit
- Etude des méridiens impliqués pour les émotions
- Du point de vue philosophique, appréhension des idées directrices du Taoïsme d'où découle directement la médecine traditionnelle chinoise et ce pour mieux comprendre la pratique.

L'enseignement pratique, comprend :

- L'étude pratique et appliquée du massage Tui Na,
- ses différentes techniques,
- le déroulement complet du protocole du massage M4 « Buste-Hypochondre & les 7 émotions, les 7 MASSAGES© »,
- les différentes pratiques selon les buts recherchés et en harmonie avec la personne qui reçoit le massage, pour le bien-être, la beauté esthétique, la prévention et la conservation de la santé des individus.

Les différentes manœuvres et techniques visent à

- Détendre, éliminer les stress,
- aider à éliminer les stagnations de l'énergie dus aux émotions excessives donc nocives pour l'organisme.
- permet de drainer le Foie, de favoriser le système de la Vésicule Biliaire et de rétablir la libre circulation de l'énergie dans les méridiens.
- Ce massage est excellent pour tout le monde dans le cadre du bien-être. Préférer ce massage en cas de : personnes irritables, colère, stress, mélancolie, lassitude mentale, soupirs fréquents, sensation de ballonnement abdominale, oppression thoracique, tristesse, gorge serrée, pleurs faciles, fatigue…

DEROULEMENT PEDAGOGIQUE

1ER JOUR

Théorie

- Les différentes émotions dites de bases/ le stress/ qu'est-ce qui se cache derrière un stress ?
- Les conséquences du stress et la somatisation, les troubles ou maladies qui en découlent
- La théorie des 7 émotions selon la MTC
- Relations entre les 7 émotions et les cinq organes/ six viscères
- Relations entre les 7 émotions, l'énergie vitale QI et le sang
- De l'utilisation du massage Tui Na pour « libérer des émotions »
- Approche des méridiens impliqués dans ce massage ainsi que l'apprentissage des points d'acupunctures utilisés en cas de stress ou fortes émotions

Pratique

• Démonstration par la formatrice et explications des différentes techniques Tui Na à connaître pour ce massage.
• Etude des points d'acupuncture les plus utilisés dans des cas d'émotions excessives ou négatives

2EME JOUR

Pratique

• Pratique intensive des stagiaires du massage M4 BUSTE/HYPOCHONDRES & LES 7 EMOTIONS
• Rotation des binômes.
• Analyse des difficultés rencontrées par chacun, correction par la formatrice, perfectionnement dans la technique.
• Conseils aux stagiaires.
• Evaluation, débriefing et délivrance du certificat de stage.

Moyens pédagogiques et techniques

Alternance de démonstrations et d'ateliers pratiques guidés par le formateur.
Pour faciliter la mise en application immédiate au retour de la formation, un book pédagogique et technique est remis à chaque stagiaire.

ACCESSIBILITE AUX PERSONNES HANDICAPEES

Si vous êtes en situation de handicap, vous pouvez être amené à avoir besoin d'un accompagnement spécifique ou d'une aide adaptée. Afin d'assurer que les moyens de la prestation de formation peuvent être adaptés à vos besoins spécifiques, vous pouvez nous contacter par téléphone ou par email.

CONTACT

Fatima BILGEN
Référent pédagogique, administratif et handicap
Tél. : 06 80 07 28 57
Email : fatimabilgen@gmail.com

PUBLIC CONCERNÉ

Tout professionnel, tous métiers en relation avec la beauté, la prévention de la santé et la santé humaine, tels que Esthéticiennes, Praticien de bien-être, Praticien pour la prévention santé et la santé physique et mentale des personnes, Praticiens en massages, Auxiliaires de vie auprès des personnes âgées, aides-soignants, infirmières, kinésithérapeutes, toutes professions paramédicales etc…

PRÉ-REQUIS POUR LE NIVEAU 1

Aucun

DURÉE DE LA FORMATION « LES 7 MASSAGES© »

Massage « M4 BUSTE/HYPOCHONDRES & LES 7 EMOTIONS » PREMIER NIVEAU
14 heures

EVALUATION

Chaque stagiaire est évalué en fin de stage sur le protocole complet par la formatrice. Un certificat lui sera remis en fin de stage.

NOMBRE DE STAGIAIRES

4-6 stagiaires par session

MODALITE D'ACCES

Formation intra (au sein de l'organisation)

DELAI D'ACCES

Formation accessible sous 1 mois

TARIF pour un cours collectif de 2 à 4 Stagiaires minimum:

Le prix de la formation de deux jours en cours collectifs est de 490 € NET DE TVA.
Ce tarif comprend la formation de 14 heures, avec délivrance d'une attestation de formation et remise d'un support papier.
Les petits déjeuners et le déjeuner du 1er jour vous sont offerts. Le déjeuner du deuxième jour reste à la charge du stagiaire.

TARIF pour un cours particulier, pour 1 seul(e) stagiaire:

Le prix de la formation de deux jours en cours particulier est de 780 € NET DE TVA.

Ce tarif comprend la formation de 14 heures, avec délivrance d'une attestation de formation et remise d'un support papier.
Les petits déjeuners et le déjeuner du 1er jour vous sont offerts. Le déjeuner du deuxième jour reste à la charge du stagiaire.

LIEU

Chez FATIMA BILGEN
8, Chemin des Ruettes
78460 CHOISEL

HORAIRES

Ouverture de la salle : 9 h 20
Début de la formation : 9 h 30
Pause déjeuner : 13 h 00 à 13 h 30
Fin de la formation : 17 h 00