PROGRAMME DE FORMATION
« LES 7 MASSAGES© » NIVEAU II - MODULE 8

DATE :

Par Fatima BILGEN,
Auteur et propriétaire intellectuel de la méthode « les 7 massages© » déposée à l'INPI
Docteur en Médecine Traditionnelle Chinoise, Diplômée par l'Université de médecine traditionnelle chinoise de Nanjing (République Populaire de Chine), Membre Officiel du Comité d'Experts en MTC auprès de l'Université de Nanjing RPC
Certifiée QUALIOPI N° FR086845-1 Pour « Action de Formation »
Date originale de certification le 14 Février 2024

RAISON SOCIALE -Fatima BILGEN 8, Chemin des Ruettes 78460 CHOISEL

TITRE :

« LA THEORIE DES CINQ ÉLÉMENTS & DES CINQ MOUVEMENTS » »

DURÉE **: 1 jour dont 7 Heures**

INTRODUCTION

La Chine a développé de façon ancestrale des techniques populaires de massages « le massage Tui Na » dont les effets bénéfiques sont de nos jours mondialement reconnus, en particulier par l'OMS qui dans sa déclaration en 1970 a précisé que la médecine chinoise est universelle, qu'il a été prouvé que cette médecine est bénéfique pour la santé physique et psychique des individus et qu'elle peut garantir des soins de bien-être de beauté et de prévention santé sûrs, efficaces et de qualité. Ce programme d'enseignement intitulé « les 7 massages© Niveau II » fait suite à l'enseignement des « 7 massages© » Niveau I.

DESCRIPTIF DU PROTOCOLE

« La théorie des cinq éléments & des cinq mouvements » Les 7 massages© niveau II, module 8

La théorie des cinq éléments & des cinq mouvements existait déjà avant l'époque impériale. Avec la théorie du Yin et du Yang, elle forme le contenu essentiel du système théorique particulier à la médecine chinoise, et en a profondément influencé le cours. Comme pour le Yin et le Yang, la théorie des cinq mouvements permet à la médecine d'expliquer l'origine de la vie humaine, ainsi que la physiologie et la pathologie humaines.

LA PARTIE THÉORIQUE

Elle sert de référence et de guide dans la pratique clinique, pour le choix des soins à prodiguer à la clientèle en termes de bien-être et de prévention santé. La théorie des 5 éléments & 5 mouvements classent les typologies humaines en cinq catégories qui différencient l'ensemble de la constitution de chacun : la morphologie, le teint, le caractère, le comportement, le caractère et les aspects psychologiques, etc…Ces constitutions définissent des profils énergétiques particuliers et sont des terrains de bases différents. Elles permettent de comprendre les prédispositions de tel ou tel type à certaines perturbations de la santé, ses points forts et ses faiblesses naturelles et d'adopter une prévention appropriée.

LA PARTIE PRATIQUE

En médecine chinoise, l'homme est lié à son environnement. Cet apprentissage des « 5 éléments & 5 mouvements » est fondamental notamment en prévention santé et plus particulièrement pour proposer des soins à la clientèle en adéquation avec sa constitution et en accord avec les cycles saisonniers. Cela permet à la professionnelle de proposer des soins à sa clientèle non seulement à un certain moment de l'année (choisi par la cliente), mais à chaque intersaison. Le bénéfice est double : bénéfice pour la cliente qui est suivi à longueur d'année et a un meilleur niveau de santé et de bien-être, et bénéfice pour la professionnelle qui peut exercer davantage son métier et ainsi obtient une « régularité » dans son travail.

LES OBJECTIFS PEDAGOGIQUES :

- **Être capable** d'assimiler l'étude détaillée de **La théorie des cinq éléments & des cinq mouvements, son rôle, son utilité, ses bénéfices pour le bien-être et la santé,**
- **Être capable** d'acquérir les connaissances théoriques et pratiques pour identifier une insuffisance d'énergie par rapport à une plénitude. Ceci dans un but de réguler l'énergie, en comblant l'insuffisance et en dispersant la plénitude, seul moyen d'apporter bien-être, et santé,
- **Être capable** de choisir le ou les méridiens qui conviennent en fonction des besoins de la cliente,
- **Être capable** de sélectionner les soins à prodiguer en fonction de la cliente et en fonction des saisons,
- **Être capable** de choisir et d'utiliser les techniques pratiques TUI NA. Adapter la pratique de massage en fonction des besoins, de l'âge et de la condition de la personne qui reçoit le massage,
- **Être capable** de garder la maîtrise de soi et de travailler dans des conditions de sécurité avec l'intention de donner du bien-être avec calme et assurance,
- **Être capable** d'élargir vos connaissances ainsi que la gamme de soins proposés dans le but d'améliorer le bien-être, la beauté et la prévention santé des personnes.

LES METHODES MOBILISEES

La formatrice emploie plusieurs types de méthodes pédagogiques : la méthode « descendante » c'est-à-dire la transmission d'un savoir millénaire, pareille à celle d'un Maître à son disciple, les méthodes interrogatives et actives, les études de cas et jeux de rôles L'apprentissage est clair et facile à comprendre, non contraignant, ludique.

En ce qui concerne l'enseignement théorique

1- **Un livret complet comme support pédagogique**

Un Support pédagogique sous forme de livret et correspondant à l'enseignement de la théorie **« des 5 éléments & 5 mouvements »** sera donné à chaque stagiaire. Cet outil pédagogique comporte entres-autres l'historique, le contenu, l'utilité de la connaissance de cette partie fondamentale de la médecine traditionnelle chinoise. Elle permet d'identifier, de comprendre et de régulariser l'énergie vitale pour chaque personne.

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'acupuncture**

4- **Utilisation de mannequins recouverts des trajets des méridiens**

En ce qui concerne l'enseignement pratique

La formatrice emploie la méthode démonstrative et expérientielle. Il s'agit d'un apprentissage dans des conditions réelles avec des mises en situations concrètes telles que rencontrées au travail. Il sera notamment question de retenir :

- Mise en situations avec des exemples réels (modèles) pour identifier ses besoins énergétiques. Comment déceler une insuffisance d'énergie ? Comment déceler un « trop plein d'énergie ?
- A quels éléments parmi les 5 éléments étudiés sont reliés ces insuffisances ou trop plein d'énergie ? Quels systèmes organiques choisir pour harmoniser les flux énergétiques ? Le tout au service de la clientèle, soins en termes de détente, bien-être, beauté et prévention santé,
- Quels soins parmi les 7 massages sélectionner pour chaque période en intersaison ?
- L'Apprentissage des différentes techniques de massage appliqué par petit groupe, avec entrainements, mises en situation, travail en binôme ou avec des modèles,
- Poste 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 –

Le stagiaire est évalué sur les connaissances apprises en cours de stage, notamment sur le système des méridiens, leurs noms, leurs distributions, et particulièrement la théorie **« des 5 éléments & 5 mouvements ».** Le stagiaire sera noté sur sa facilité à localiser un point d'acupression et sur le choix, l'utilisation, en fonction des besoins de la cliente.

Evaluation pratique

Le stagiaire est évalué sur sa pratique manuelle et sur les différentes techniques du massage étudié au cours du stage. Le stagiaire sera notamment jugé sur ses capacités à détendre son modèle. Les résultats attendus en terme d'amélioration en bien-être 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 :

- La théorie des cinq éléments & des cinq mouvements »
- Les lois d'engendrement et de domination qui en découle, leur apprentissage et leur utilité et application.

Ces lois sont importantes à maîtriser. Elles peuvent expliquer la cause d'un dérèglement du Qi (prononcer tchi) qui est l'énergie vitale, ou encore expliquer le déséquilibre yin et yang chez une cliente. Le professionnel de bien être pourra agir en avance sur un déséquilibre physique ou psychique et donc garantir une prévention santé. De même, il pourra proposer à sa clientèle des soins tout au long de l'année, à chaque changement de saison. Cela permet de renforcer l'énergie du corps, pour lui permettre d'avoir une plus grande capacité d'adaptation à la saison suivante.

L'enseignement pratique comprend :

L'étude pratique et appliquée du massage Tui Na, ses différentes techniques, la méthode « les 7 MASSAGES© » niveau II, les différentes pratiques selon les buts recherchés et en harmonie avec la personne qui reçoit le massage, en harmonie avec son environnement et en harmonie avec les cycles saisonniers, pour le bien-être, la beauté esthétique du visage et du corps, la prévention et la conservation de la santé des individus.

DEROULEMENT PEDAGOGIQUE

Théorie

- **L'apprentissage minutieux de cette théorie fondamentale « des 5 éléments ou 5 mouvements ».**

Cette théorie sera utilisée pour déterminer quelle est la constitution d'un individu, comprendre ses forces et ses faiblesses, son fonctionnement en termes d'énergie vitale, de physiologie, de psychologie, etc.

- L'apprentissage des cinq éléments et 5 mouvements, leur utilité. Comment on retrouve ces éléments partout présents dans la nature tout comme chez un individu ?.
- L'apprentissage de la variation énergétique :

Selon la période de la journée, la météo, la saison, selon le tempérament, l'âge, le sexe, la proportion énergétique de chaque élément varie. A chaque instant de notre vie, notre organisme cherche a trouver le bon équilibre malgré toutes ces variations pour maintenir la santé, donc le bien-être.

- L'apprentissage du cycle d'engendrement : ce sont les relations de bonne santé dites physiologiques
- L'apprentissage du cycle de domination : ce sont les relations normales de contrôle pour permettre un équilibre,
- L'apprentissage du cycle de domination excessive ou domination inversée : ce sont des relations rencontrées dans les situations pathologiques
- Toutes ces études permettront au stagiaire d'identifier, d'évaluer le contexte énergétique de sa cliente. Ce qui est un préalable pour choisir la méthode de soin appropriée.

Pratique

- Application pratique de la théorie des « 5 éléments & 5 mouvement ». Choix du massage, des techniques manuelles et des systèmes organiques à tonifier ou à disperser, pour équilibrer l'énergie,
- Massage appliqué en binômes, alternance d'explications, de démonstrations et d'applications des différentes techniques Tui Na à utiliser pour les différents massages.
- 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 PEDAGOGIQUES 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, le bien-être et la prévention de la santé humaine, tels qu'Esthéticiennes, Praticien de bien-être, Personnel de santé, Personnes en réorientation professionnelle

PRÉ-REQUIS POUR LE NIVEAU 2

Avoir déjà suivi, ou être en cours de formation, en médecine traditionnelle chinoise, ou avoir suivi tout ou partie de la formation des « 7 massages© » niveau 1

DURÉE DE LA FORMATION « LES 7 MASSAGES© » NIVEAU II « Les cinq éléments & cinq mouvements »

7 heures réparties sur un jour

EVALUATION

Chaque stagiaire est évalué en fin de stage sur les apprentissages fixés par la formatrice. Un certificat lui sera remis en fin de stage.

NOMBRE DE STAGIAIRES

1 à 4 stagiaires maximum par session

MODALITE D'ACCES

Formation intra (au sein de l'organisation)

DELAI D'ACCES

Formation accessible sous 1 mois

TARIF :

Le prix de la formation est de 390 € NET DE TVA.
Ce tarif comprend la formation de 7 heures sur 1 jour, avec délivrance d'une attestation de formation et remise d'un support papier.

INSCRIPTION / FINANCEMENT

Cette formation peut faire l'objet d'une prise en charge intégrale ou partielle auprès des organismes collecteurs auxquels vous cotisez annuellement : FAFCEA, AGEFICE, OPCO EP, FAFIH, FIF PL...

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 14 h 00
Fin de la formation : 17 h 30