

## Prendre soin par le toucher : communication, soin, bien-être et massage

Mobiliser des ressources internes autour des sensations corporelles pour favoriser le réinvestissement par la personne âgée d'un bien-être corporel et psychique.

**INTRA**

 **Durée : 2 jours, 14 heures**

### Objectifs pédagogiques

- Comprendre l'importance du toucher dans la relation.
- Identifier les liens entre corps et psychisme.
- Diversifier sa pratique quotidienne par différentes techniques d'apaisement, de revitalisation et de régulation par le toucher.
- Instaurer une nouvelle approche par le massage.
- Redonner du sens à la pratique relationnelle ou de soins.

### Public

Professionnels travaillant auprès de personnes âgées.  
*Aucun prérequis.*

### Intervenant.e

Infirmière  
Thérapeute psycho-corporelle  
Psychomotricienne

### Module 1 - La dimension du toucher relationnel

- L'impact du toucher dans le développement psychique.
- Le toucher dans la pratique soignante : la dimension humaine du soignant.
- Les différentes voies de communication non verbale.
- Les approches corporelles dans des situations particulières.
- Les effets du toucher.
- Les limites à connaître.
- Apports théoriques autour du toucher.
- Toucher dans la relation soignant, soigné.

### Modules 2 et 3 - Apprentissage et mise en situations tactiles

- Habiter son corps : écoute du corps et repérage des zones vivantes et fermées.
- Savoir harmoniser le geste, la voix, la respiration.
- Exercices du « guide et de l'aveugle » et de la météo intérieure.
- Les différentes techniques du toucher : effleurage, drainage, friction, pression/glissée, mobilisation, malaxage/pétrissage...
- Exercices pratiques sur différentes parties du corps et leurs applications concrètes.
- Les objectifs : relaxation, détente, réassurance, communication...
- Les bienfaits pour les receveurs, les bienfaits pour les soignants.
- Les limites et contre-indications.
- Le déroulement d'une séance de toucher-massage : installation, durée...
- Posture et respect de l'autre.
- La dimension du toucher face aux troubles du comportement : agressivité, déambulation, apathie.
- Le toucher face à la personne anxieuse et/ou dépressive.
- Le toucher en fin de vie.