

# PRENDRE SOIN PAR LE TOUCHER

## Communication, soin et bien-être

### **Objectifs**

- 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 avec les personnes atteintes de déficiences cognitives ou en fin de vie.

**Public** : Tout professionnel en relation avec la personne âgée

**Pré-requis** : Aucun

**Durée** : 3 jours (18h)

**Lieu** : Intra-muros / Inter-établissements dans vos locaux

**Tarif** : Nous consulter

### **Contenu**

#### **J1-La dimension du toucher dans la relation corporelle**

- L'impact du toucher dans le développement psychique.
- Le toucher dans la pratique soignante : corps objet / corps sujet.
- Le toucher et le soin.
- Les approches corporelles dans des situations particulières : agressivité, anxiété, déficiences cognitives, fin de vie.
- Les effets du toucher.
- Les limites à connaître.

#### **J2/3-Mise en situations tactiles**

- L'assise corporelle :
  - Habiter son corps : écoute du corps et repérage des zones vivantes et fermées.
  - Savoir harmoniser le geste, la voix, la respiration.
- Les principales techniques du toucher massage :
  - Les différentes techniques du toucher : effleurage, drainage, friction...
  - Exercices pratiques sur différentes parties du corps.
  - Contexte et déroulement d'une séance de toucher-massage.
  - Posture et respect de l'autre.

### **Intervenant pressenti**

Une infirmière diplômée en psychologie et formée aux pratiques corporelles (toucher sensitif, massage et relaxation)

### **Méthodes pédagogiques**

- Alternance apports théoriques et pratiques
- Exercices et mise en situation en binôme
- Échanges et mutualisation
- Remise d'un dossier

### **Modalités d'évaluation**

*Suivi de l'exécution* : Vérification des connaissances durant la formation par la passation d'un QCM.

*Appréciation des résultats* : Bilan à chaud et questionnaire individuel d'évaluation.