

MASSAGE HOLISTIQUE®

Formation professionnelle



Le Massage Holistique®

Le Massage Holistique® approche l'être dans sa globalité. Il touche la personne dans ses différentes dimensions : physique et sensorielle, émotionnelle, mentale et spirituelle.

Concrètement, il s'agit d'un massage à l'huile qui se pratique sur table et couvre tout le corps excepté la région sexuelle. Il comprend des techniques variées : étirements, balancements, accompagnement de la respiration, mouvements de massage divers, légers ou profonds, lents ou rapides, courts ou longs... Cette variété de stimulations amène un éveil sensoriel qui est aussi réveil de la vie.

Il comprend de plus une large part de mouvements globaux et enveloppants : une de ses caractéristiques essentielles est d'être unifiant. Il met l'accent sur l'importance et la qualité de la relation à l'autre par le toucher.

Pour celui qui donne le massage, la technique, loin d'être une fin en soi, est le support à une écoute profonde des besoins et réactions de la personne touchée. Pour celui qui reçoit, il est un voyage intérieur dont le chemin est propre à chacun et à chaque massage.

Les effets du Massage Holistique® varient sensiblement en fonction de la motivation et de l'attitude intérieure de celui qui le reçoit, car ce dernier participe pleinement au processus. Ils sont multiples : relaxation, plaisir, énergisation, libération émotionnelle, meilleure connaissance de soi, évolution relationnelle, ouverture spirituelle.

Formation professionnelle

Outre les groupes et séances individuelles de massage ouverts à tous, le CYM propose une formation professionnelle CERTIFIANTE de praticien en Massage Holistique®.

Celle-ci se donne comme exigence d'être, pour la personne qui la suit complètement, le moyen de développer à la fois la compétence technique et la qualité d'être indispensables à la pratique du Massage Holistique®.

Celui-ci peut être reçu comme un excellent massage de bien-être et de relaxation. Cependant, pour celui qui s'y implique, il peut devenir un véritable outil de connaissance de soi et de développement personnel.

Pour que cette approche, particulièrement complexe, puisse être utilisée avec tout son potentiel, il est nécessaire que le praticien acquière des qualités multiples qui, pour lui aussi, concernent les différentes dimensions de l'être.

La Formation Professionnelle Certifiante de Praticien en Massage Holistique® est donc un processus d'apprentissage et de maturation relativement long (3 ans) qui demande à chacun une implication personnelle importante.

« MASSAGE HOLISTIQUE® » EST UNE APPELLATION DÉPOSÉE. ELLE EST RÉSERVÉE AUX PERSONNES QUI APRÈS AVOIR SATISFAIT AUX EXIGENCES DE LA FORMATION PROFESSIONNELLE COMPLÈTE, ONT OBTENU LE CERTIFICAT DE PRATICIEN EN MASSAGE HOLISTIQUE®.

Contenu de la formation

Prérequis : entretien préliminaire et séance individuelle de Massage Holistique®.



1. COURS DE BASE

| Type de cours | 1 ^{re} année | 2 ^e année | 3 ^e année |
|---|-----------------------|----------------------|--------------------------------|
| Technique du Massage Holistique® (cours pratiques) | - | 45 h | 36 h |
| - Sensibilisation | 7 h | - | - |
| - Massage Holistique® & développement personnel | 30 h | - | - |
| - Cycle de base I / 1 ^{re} partie | 24 h | - | - |
| - Cycle de base I / 2 ^e partie | 24 h | - | - |
| Supervisions collectives | 9 h | 15 h | 15 h |
| Anatomie - Physiologie Théorie et applications pratiques | 12 h | 12 h | 12 h |
| Positions et mouvance corporelle : atelier de prise de conscience du mouvement appliquée à la pratique du massage | 12 h | - | - |
| Théorie du Massage Holistique® : historique, philosophie et caractéristiques du Massage Holistique®, importance du toucher, indications, contre-indications... | - | 6 h | - |
| Communication | - | 12 h | - |
| Notions d'aromathérapie | - | 6 h | - |
| Massage, développement personnel et travail énergétique (résidentiel) : Atelier de développement personnel visant à élargir le champ de conscience | - | 22 h | - |
| Bilan de mi-formation | - | 4 h | - |
| Stage d'intégration (résidentiel) | - | - | 40 h |
| Notions de psychologie appliquée au massage | - | - | 12 h |
| Déontologie | - | - | 2 h |
| Notions de droit appliqué à la profession | - | - | 2 h |
| Bilan pratique | 1 | 1 | 1 |
| Supervisions individuelles | 2 | 2 | 2 |
| Évaluations de fin de formation | | | fin 3^e année |
| - Massages Holistiques® donnés à 3 professionnels | - | - | 3 MH® |
| - Bilan personnel (en groupe) | - | - | 6 h |
| - Évaluation des acquis pour les cours théoriques | - | - | 3 h |
| - Écrit et présentation orale du travail de fin de formation basé sur le stage d'application | - | - | Requis |



2. COURS À OPTION

| Type de cours | 1 ^{re} année | 2 ^e année | 3 ^e année |
|--|---------------------------------|----------------------|----------------------|
| Techniques de massage et approches complémentaires | 60 h réparties sur les 3 années | | |



3. PRATIQUE PROFESSIONNELLE

| Type de cours | 1 ^{re} année | 2 ^e année | 3 ^e année |
|--|-----------------------|----------------------|----------------------|
| Massages à recevoir | | | |
| – par un professionnel | 3 | 3 | 3 |
| – par un étudiant en formation | 16 | 16 | 16 |
| Massages à donner | | | |
| – à un étudiant en formation | 16 | 16 | 16 |
| – à des personnes extérieures à la formation | 6 | 9 | 12 |
| <i>Un compte-rendu écrit des séances données et reçues est demandé aux étudiants tout au long de leur formation.</i> | | | |
| Stage d'application, base du travail de fin de formation | | | 40 MH® |



4. DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

| | 2 ^e année | 3 ^e année |
|--|----------------------|----------------------|
| Le fait d'être dans un processus de développement personnel est exigé à partir de la 2 ^e année (séances individuelles de psychothérapie et travail corporel). Les modalités de ce choix sont propres à chacun et discutées individuellement. | Requis | Requis |