

TAO DE LA FEMME
MODULE TTF

« Tao Thérapeutique Femmes »

(Module de 4 jours x 7 heures/ jour = 28 heures de formation)

DESCRIPTIF :

**A DESTINATION DES FEMMES AYANT VÉCU DES ABUS
ET DES THÉRAPEUTES QUI LES ACCOMPAGNENT**

L'ensemble des apprentissages se déroulera par le biais du corps, en synergie avec les pratiques taoïstes et la dimension psychologique, éclairée par les principes fondamentaux des neurosciences.

Cette formation permet d'expérimenter la capacité de résilience de la dimension corporelle, par le biais des enseignements taoïstes, reliés aux 5 éléments, allié à la dimension psychologique (soutenu par les principes de bases des neurosciences) et corporelle.

Elle se déroulera sur 3 thèmes, chacun de ces thèmes sera explorés à travers des pratiques corporelles méditatives et respiratoires, ainsi que des transmissions orales avec retour d'expériences. Pour chaque journée il y aura un temps de formation spécifique pour les professionnelles de la thérapie, dans une thématique taoïste autour des 5 éléments.

Les bienfaits pour l'ensemble des stagiaires :

- *Développe la Bienveillance*
- *Apaise le corps, les émotions*
- *Permet de se ré-approprier son corps*
- *Améliore l'ancrage, le retour à l'instant présent*
- *Développe la bienveillance et le prendre soin de soi et des autres*
- *Ré-apprivoise la dimension du toucher, des limites, du respect*
- *Permet de retrouver l'estime de soi qui comprend : l'amour de soi, l'image de soi et la confiance en soi*
- *Acquisition des pratiques autonomes*

Les bienfaits plus spécifiquement pour les professionnels de la relation d'aide :

- *Acquisition de pratiques permettant d'identifier et d'approfondir en quoi le corps peut être un des facteurs pour ramener à une manifestation émotionnelle plus ajustée*
- *Mise en application de nouvelles perspectives sur le plan sensori-moteur*
- *Apport par le biais d'un nouvel éclairage qui correspond à l'alliance et la congruence des savoirs ancestraux taoïstes, des neurosciences et de la dimensions psychologique*

Prérequis/Niveau :

- Module adapté aux femmes de tout âge et de tout niveau.
- Être en état d'effectuer des exercices corporels et respiratoires
- Avoir une notion de la coordination corps mental

Prérequis Pour les professionnelles de la thérapie :

- Module adapté aux thérapeutes, sage-femmes, gynécologues, kinésithérapeutes, sophrologues, diplômées ou en cours de formation .
- Avoir une connaissances pratiques des techniques corporelles et de relaxations

CONTENU PÉDAGOGIQUE :

- Connaissance anatomique et physiologique
- Connaissance des principes fondamentaux de la médecine chinoise
- Mise en lien avec les principes de bases des pratiques taoïstes, des neurosciences et de la relation d'aide
- Application pratique

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES :

Développement des compétences pour les stagiaires :

- Expérimenter la capacité de résilience de la dimension corporelle par le biais de pratiques taoïstes et des principes des neurosciences adossée à la kinésiologie.
- Acquérir des connaissances corporelles et psychiques, et leur mise en application dans les pratiques.
- Acquérir des outils concrets pour développer son autonomie dans les pratiques corporelles d'ancrage et de la gestion émotionnelle.

Développement des compétences pour les professionnelles, 3 axes relié aux savoirs, savoir-faire et savoir-être :

- 1) Identifier et approfondir en quoi le corps peut être un des facteurs pour ramener à une manifestation émotionnelle plus ajuster
- 2) Expérimenter et approfondir de nouvelles perspectives sur le plan sensori-moteur
- 3) Apporter un nouvel éclairage par l'alliance et la congruence des savoirs ancestraux taoïstes, des neurosciences et de la dimension psychologique.

À l'issue de la formation le stagiaire sera en mesure de :

- De repérer en quoi le corps peut être un des facteurs pour ramener à une manifestation émotionnelle plus ajustée
- D'être attentif, parce qu'expérimenté, à de nouvelles perspectives sur le plan sensori-émotionnel

Et plus spécifiquement pour les professionnelles de la relation d'aide :

- De Proposer un médium corporel, par le biais d'exercices simples, pour ramener la personne à concilier corps et émotions. Et de fait, être dans une disponibilité corporelle et mentale de présence à soi et à l'autre.

TECHNIQUES, MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES :

La méthode pédagogique allie des cours théoriques et des pratiques simultanées pour privilégier la transmission dans une dynamique complète et progressive. Une démarche inductive qui favorise l'apprentissage et l'accompagnement de chaque stagiaire.

- Présentations et démonstrations explicitées.
- Ajustements personnalisés et corrections des postures corporelles.
- Questions/réponses et temps d'échanges avec le groupe.
- Étude en petits groupes, en binôme et individuelle.
 - Mise en situation en petits groupes supervisés par le formateur et les assistants principaux.

- Retours quotidiens, mise en commun des expériences théoriques et pratiques.

➤ Supports pédagogiques :

- Fascicule de formation en Bioénergie taoïste, richement illustré avec exercices et explications théoriques : 15 euros en PDF 25 euros imprimé
- Modèles anatomiques
- Schémas sur paperboard et présentation sur diaporama en soutien des cours techniques.

➤ Moyens techniques :

- Mise en pratique en salle de travail adaptée et exercices en plein air, au cœur de la nature.
- Tapis de sol, balles d'entraînement, bâtons vitalisants, modèles anatomiques.
- Vidéo projecteur, présentation power-point.

LES INTERVENANTS :

CARINE MARTY Instructrice Associée, Psychanalyste, Formatrice , Kinésologue / www.carinemarty.fr

PROGRAMME DÉTAILLÉ DU STAGE

Jour 1 / Modalité de l'élément EAU :

La structure osseuse, la stabilité, la confiance, l'apaisement, la force tranquille, la sécurité intérieure

- Présentation de l'ensemble du stage
- Présentation des connaissances anatomiques et énergétiques, reliées à l'élément du jour ses émotions correspondantes, la structures osseuse
- Présentation des conséquences de traumatismes et d'outils d'apaisement corporel et émotionnel
- Théorie et pratique des outils de transmissions / Co-construction - Échanges
- Bilan questions/réponses. Mises en commun avec le formateur

Jour 2 / Modalité de l'élément BOIS :

La structure tendineuse, les fascias, l'apaisement émotionnel, le système hormonal, le renouveau, la capacité transformatrice

- Présentation des connaissances anatomiques et énergétiques
- Présentation d'outils d'apaisement corporel et émotionnel, relié à l'élément du jour et la structure musculo-tendineuse.
- Théorie et pratique des outils de transmissions / Co-construction - Échanges
- Bilan question/réponses. Mises en commun avec le formateur

Jour 3 / Modalité de l'élément METAL :

La peau, la sensibilité, les limites entre l'intérieur du corps, la dimension du toucher, le respect, l'estime de soi, le lien la relation

- Présentation des connaissances anatomiques et énergétiques
- Présentation d'outils d'apaisement corporel et émotionnel relié à l'élément du jour et à la dimension du toucher et de la relation.
- Théorie et pratique des outils de transmissions / Co-construction - Échanges
- Bilan question réponses mises en commun avec le formateur.

Jour 4 / Intégration :

Retour des pratiques – Échanges croisés

- Synthèse des pratiques - Co construction pro et perso pour continuer chez soi
- Évaluation des acquis
- Pratiques d'intégration

MODALITÉS D'ÉVALUATION & SANCTION DE LA FORMATION

- **Évaluation en amont de la formation :**
Évaluation du niveau des participants et recueil des attentes et des besoins renseignés dans la fiche d'inscription.
- **Évaluation en cours de séquence :**
Sessions de questions/réponses à la fin des exercices, avec des temps d'échanges pour répondre aux difficultés éventuelles des stagiaires et évaluer le niveau d'assimilation des pratiques et de leur application dans le lieu de la thérapie.
- Le formateur et les assistants qualifiés soutiennent les stagiaires de manière individualisée en apportant des réajustements constructifs sur leur progrès ainsi que sur les aspects à améliorer et à développer.
 - Exercices à deux ou trois pour tester corporellement l'intégration de chaque journée.
- **Évaluation des acquis en fin de formation :**
Bilan de stage sur les pratiques acquises rempli par les stagiaires pour définir le niveau de compréhension et d'intégration des matières abordées.
Une interaction en groupe est menée pour verbaliser les outils assimilés et les points à développer pour faire avancer le niveau de compétence et d'intégration de chaque participantes.
- **Évaluation de la formation à « chaud » :**
Questionnaire de satisfaction et d'évaluation rempli sur place, après le stage, par chaque stagiaire sur l'organisation, la qualité de l'enseignement, la pédagogie des formateurs, les méthodes et les supports utilisés, le cadre et l'accompagnement.
- **Évaluation de la formation à « froid » :**
Questionnaire d'évaluation disponible 10/15 jours après la fin de la formation afin de mesurer l'évolution des compétences acquises et retenues. Cet outil vise à évaluer l'intégration des savoirs, savoir-faire et savoir-être ainsi que leur application dans le cadre de la relation d'aide. Il permet également d'identifier avec, le recul, les difficultés rencontrées afin de favoriser un réajustement constructif et adapté.
- Sanction :** Attestation de suivi de formation remise après avoir reçu le questionnaire évaluation à froid.

MODALITÉS D'ORGANISATION

Nombre d'heures de formation :

Module de 4 jours x 7 heures de cours par jour
= 28 heures de formation

Horaires : 09h00/12h30 et 13h30/17h00

Nombre de stagiaires : de 10 à 20

Dates et lieux de formation : plusieurs dates et lieux proposés, détail sur le site

www.taodelavitalte.org

PUBLIC

- Accessible à tout public selon prérequis
- Professionnelles issus du milieu paramédical et thérapeutiques ... pour optimiser leurs compétences.
- Toutes personnes désirant suivre un cursus professionnel d'instructeur en Tao de la Vitalité®.

ACCESSIBILITÉ RQTH

Accessibilité aux personnes handicapées :

Sensibles aux handicaps apparents ou invisibles qui demandent une attention particulière, nous vous proposons de contacter notre référent Handicap pour que nous puissions prendre en compte vos besoins spécifiques.

Séverine : 07 61 12 48 82

soulimet@gmail.com

- Tous les stagiaires devront respecter le règlement intérieur de l'école et des organismes d'accueil.