

**Réf : PH028**

MAJ : 07/23

**Public concerné**

Toute personne intervenant auprès des personnes handicapées  
Effectif : de 1 à 10 personnes

**Durée**

4 jours (2 + 2) – 28 heures

**Pré-requis**

Aucun

**Méthodes pédagogiques**

Recueil des attentes des stagiaires  
Réflexions et échanges sur les représentations du toucher  
Approche théorique du toucher  
Exercices pratiques  
Mises en situation

**Moyens et techniques pédagogiques**

Support pédagogique remis à chaque stagiaire

**Lieu**

En INTRA : dans vos locaux

**Objectifs opérationnels**

A l'issue de la formation, le stagiaire sera en capacité :

- de développer le sens du toucher
- de reconnaître la dimension du toucher dans la fonction soignante
- d'introduire dans les soins des techniques simples de relaxation en vue de détente et de mieux être
- de participer au soulagement de la douleur
- d'entretenir et préserver sa santé dans son quotidien professionnel

**Contenu du stage****Finalité de la formation :**

Le toucher peut favoriser la relation entre le soigné et le soignant. Il est essentiel et peut être perçu de manière différente (agression, mieux-être) suivant l'attitude de la personne qui réalise le soin, la façon dont elle le réalise et l'état dans lequel est la personne soignée au moment où elle reçoit le soin.

Les soignants, dans leur quotidien professionnel, sont confrontés à cette demande de contact physique qui traduit une recherche de sécurité et de confiance.

Savoir prendre une main, rassurer par un geste, esquisser un massage permet d'améliorer la qualité d'attention, d'écoute et de présence auprès du soigné et ainsi de respecter au mieux ses besoins

Cette formation vous permettra d'acquérir des gestes simples et opérationnels qui contribueront à améliorer la qualité des soins ainsi que la relation patient/soignant

**1ère journée****Redécouvrir le sens du toucher et sa dimension relationnelle**

Cette première journée est axée sur la mise en place d'un climat de confiance entre les participants et les formateurs

Réflexions et échanges sur les représentations du toucher

Approche théorique

Besoin vital

Moyen de communication

Dimension thérapeutique

Expérimentation du « toucher » et « être touché »

Prise de conscience de ses facilités et de ses difficultés

Auto massage (do in)

Jeux et exercices sur le toucher

Relaxation

Apprentissage de techniques de massage de confort (mains, pieds...)

**2ème journée****Reconnaître l'intérêt du toucher dans le soin**

Savoir accompagner les gestes techniques par un toucher rassurant pour prévenir la douleur et participer à son soulagement

Savoir mettre la personne soignée en confiance

Expérimentation de diverses manières de toucher

Apprentissage de gestes apaisants

Exercices de détente

Relaxation

Apprentissage de confort (tête, visage, dos...)

**3ème journée****Enrichir sa qualité relationnelle**

Développer son ressenti, sa capacité de présence, d'accueil à travers son toucher

Exercices de détente, QI gong

Apprentissage de massages de confort (tête, nuque, dos)

## 4ème journée

### **Pouvoir adapter différentes techniques aux besoins de la personne soignée**

Développer ses capacités d'observation afin de mieux répondre aux besoins de la personne

Apprendre à prendre soin de soi pour prendre soin de l'autre

Expérimentation des effets de la respiration sur moi et l'autre

Attitudes du soignant

Exercices de lâcher prise

Exercices de respiration

Initiation à la relaxation coréenne

Expérimentation du toucher à travers des jeux sensoriels et des exercices corporels

Réflexions et échanges sur les pratiques professionnelles

Initiation à des techniques de base qui permettront d'inclure progressivement le toucher dans les techniques de soins

Massages des mains, massages circulatoires des pieds et des jambes, massage confort du dos, massage relaxant du visage, massage abdominal

### **Dispositif de suivi et d'évaluation**

Evaluation en cours d'acquisition qui peut être faite, selon le contenu de la formation, sous forme :

Quiz, exercice pratique, étude de cas, jeux de rôles...

Questionnaire de fin de formation

Evaluation de satisfaction

### **Profil du formateur**

Nos formateurs et consultants sont choisis pour leurs expertises métiers et leurs compétences pédagogiques