

LES 7 MÉTIERS



LES 7 MÉTIERS DE LA THÉRAPIE HOLISTIQUE

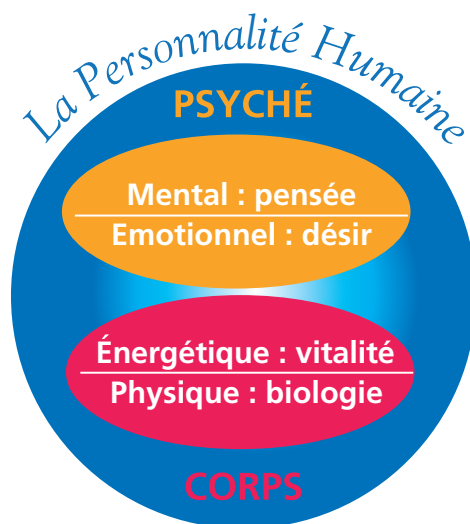
Qu'est-ce que la Thérapie Holistique ?

Le terme holistique vient du grec « hólos » qui signifie « entier » et « therapeía » se traduit par « soin ». La Thérapie Holistique est donc l'art de prendre soin de l'être humain dans sa globalité.

Les sciences actuelles et les traditions nous permettent d'appréhender la personnalité humaine comme un ensemble vibratoire organisé en deux grands systèmes :

➤ **Le corps**, composé des enveloppes physique (biologie) et énergétique (réseaux des méridiens d'acupuncture, centres de force)

➤ Et **l'esprit** composé de la sphère émotionnelle en interaction avec celle du mental.



Connaître et maîtriser les techniques permettant **d'harmoniser le corps et l'esprit**, tel est l'objectif de notre enseignement en Thérapie Holistique.

Pour cela, nous nous proposons **DES FORMATIONS À 7 MÉTIERS :**

- SOPHROLOGUE
 - PRATICIEN EN RELATION D'AIDE
 - PRATICIEN EN HYPNOSE
 - ART-THÉRAPEUTE
- } PÔLE PSYCHOLOGIQUE
- ÉNERGÉTICIEN
 - RÉFLEXOLOGUE
 - PRATICIEN EN MASSAGES DU MONDE
- } PÔLE CORPOREL

Chaque métier vous permet d'exercer à part entière une activité professionnelle passionnante tournée vers l'humain.

... ET LEUR DÉPARTEMENT

SAVOIR-ÊTRE ET SAVOIR-FAIRE

Dans l'approche holistique, ces métiers sont tous complémentaires et demandent de développer des compétences tant au niveau du savoir-être que du savoir-faire. Afin d'atteindre dans chaque cursus ce double objectif, nous alternons en permanence harmonieusement théorie et pratique et vous accompagnons individuellement dans votre évolution dans ces deux pôles.

DE NOMBREUSES POSSIBILITÉS VOUS SONT OFFERTES

Vous pouvez suivre un seul cursus métier, deux, trois ou davantage en fonction de votre profil de thérapeute et de votre désir de compléter vos connaissances et vos compétences. Si plusieurs cursus métier vous intéressent vous pouvez les étudier l'un après l'autre ou en suivre plusieurs au cours de la même année.

Pour chacun d'entre eux, le cycle de base se déroule sur 1 an. Dans le cadre des cursus Sophrologie et relaxation, Hypnose et PNL, Art-thérapie, Réflexologie et Massages du monde, cette première année, après validation de l'ensemble des évaluations prévues dans le cursus, conduit au **Certificat de Praticien**.

Celui-ci vous permet de vous installer et d'exercer dès la fin de ce cycle de base.

Dans le cadre de la Relation d'aide et de l'Energétique, l'enseignement se déroule sur 2 ans. L'installation ne peut s'envisager qu'après la validation complète des 2 années de formation.

Chaque cursus métier appartient à un Département au sein duquel vous trouverez des formations complémentaires et des perfectionnements.

Vous êtes donc **libre de construire votre parcours de formation selon votre profil de Thérapeute ou Praticien en bien-être** et vos centres d'intérêt.

Vous pouvez par exemple suivre un cycle de base en Sophrologie et relaxation puis y adjoindre la formation Sophrologie, enfance et adolescence si vous souhaitez exercer auprès d'enfants et d'adolescents, ou Alimentation et émotions si les troubles du comportement alimentaire et les problèmes de surpoids vous intéressent...

Prenons un autre exemple : après avoir validé votre Pilier en Energétique, vous pouvez compléter vos connaissances en suivant les formations en Aromathérapie pratique et Les bases de la Réflexologie.

Les possibilités sont multiples, aussi nous vous invitons à **créer votre propre parcours de formation en réalisant le test « Quel est mon profil de Thérapeute ou Praticien en bien-être ? »** sur notre site internet.

**Vous trouverez
à la page suivante
un tableau synoptique
des 7 départements.**

LES 4 MÉTIERS DU PÔLE PSYCHOLOGIQUE

SOPHROLOGIE ET RELAXATION

Sophrologie (p 34)
20 jours de formation
répartis sur 6 stages : 140 h
8 modules théoriques : 160 h
Stage pratique* : 50 h

Nombre total d'heures : 350 h

Certificat de Praticien en Sophro-relaxation

Maître Praticien en Sophrologie et relaxation (p 35)

15 jours de formation
répartis sur 3 stages : 106 h
Stage pratique* : 20 h

Anatomie et physiologie (p 93)
6 jours de formation
répartis sur 2 stages : 40 h

Les Clés du changement (p 59)
2 jours de formation : 14 h

Nombre total d'heures : 530 h

Certificat de Sophrologue

SOPHROLOGUE

COMPLÉMENTS ET PERFECTIONNEMENTS

PAGES 36-44

RELATION D'AIDE

Relation d'aide (p 48)
17 jours de formation
répartis sur 5 stages : 115 h
8 modules théoriques : 160 h
Stage pratique* : 40 h

Nombre total d'heures : 315 h

Attestation de formation en 1ère année

Maître Praticien en Relation d'aide (p 49)

15 jours de formation
répartis sur 3 stages : 107 h
Stage pratique* : 40 h

Spécialisation
1 ou 2 formations au choix
5 jours de formation
au minimum : 34 h

Les Clés du changement (p 59)
2 jours de formation : 14 h

Nombre total d'heures : 510 h

Certificat de Praticien en Relation d'aide

PRATICIEN EN RELATION D'AIDE

COMPLÉMENTS ET PERFECTIONNEMENTS

PAGES 50-59

LES CURSUS MÉTIER

- Chaque cursus métier peut être suivi séparément.
- Les formations Anatomie et physiologie et Clés du changement peuvent être suivies pendant un cycle de base, seuls les Maître Praticiens nécessitent la validation du cycle de base.
- Si vous souhaitez intégrer plusieurs cursus métier, vous pouvez les suivre dans l'ordre de votre choix et à votre rythme.
- Si vous voulez être conseillé ou établir un plan de formation, vous pouvez contacter un Directeur pédagogique (cf. page 106 : parcours de formation).

Cycle de base

Cycle supérieur

Cycle de base

Cycle supérieur

LES 4 MÉTIERS DU PÔLE PSYCHOLOGIQUE

**NOS AIDES À
INSTALLATION**
p 126

HYPNOSE ET PNL

Cycle de base

Les bases de l'Hypnose (p 68)
6 jours de formation
répartis sur 3 stages : 39 h

Hypnose et dépendances (p 69)
8 jours de formation
répartis sur 3 stages : 53 h

Hypnose et confiance en soi (p 70)
6 jours de formation
répartis sur 3 stages : 39 h

Praticien en Hypnose et PNL
5 jours de formation (p 71)
répartis sur 2 stages : 33 h
Stage pratique* : 42 h

Nombre total d'heures : 206 h
**Certificat de Praticien
en Hypnose et PNL**

Cycle supérieur

Hypnose et blessures (p 72)
6 jours de formation
répartis sur 3 stages : 39 h

Hypnose et somatisations (p 73)
6 jours de formation
répartis sur 3 stages : 39 h

Hypnose et coaching (p 74)
6 jours de formation
répartis sur 3 stages : 39 h

**Maître Praticien en
Hypnose et PNL** (p 75)
5 jours de formation
répartis sur 2 stages : 33 h
Stage pratique* : 56 h

Nombre total d'heures : 412 h
**Certificat de Maître Praticien
en Hypnose et PNL**

**PRATICIEN
EN HYPNOSE**

**COMPLÉMENTS
ET PERFECTIONNEMENTS**

PAGES 69-75

ART-THÉRAPIE

Cycle de base

Art-thérapie dynamique (p 80)
17 jours de formation
répartis sur 8 stages : 113 h
Stage pratique* : 50 h

Nombre total d'heures : 163 h

**Certificat de Praticien en
Art-thérapie dynamique**

Cycle supérieur

**Maître Praticien en
Art-thérapie** (p 81)
16 jours de formation
répartis sur 4 stages : 109 h
Stage pratique* : 50 h

Spécialisation
1 ou 2 formations au choix
5 jours de formation
au minimum : 34 h

**Les Clés du
changement** (p 59)
2 jours de formation : 14 h

Nombre total d'heures : 370 h

**Certificat
d'Art-thérapeute**

ART-THÉRAPEUTE

**COMPLÉMENTS
ET PERFECTIONNEMENTS**

PAGES 82-86

*STAGE PRATIQUE : LIVRE D'OR

Les témoignages des personnes ayant bénéficié des pratiques demandées dans les formations sont recueillis au sein d'un Livre d'or à nous faire parvenir lorsqu'il est complet. Plusieurs pratiques peuvent être proposées à la même personne, celles-ci varient de 20 minutes à 1 heure, le nombre demandé pour chacune d'entre elles est déterminé par l'Institut. Ces pratiques vous permettent de consolider le savoir-faire dont vous avez besoin pour maîtriser certaines matières et pouvoir ainsi en faire un usage professionnel de qualité.

LES 3 MÉTIERS DU PÔLE CORPOREL

ÉNERGÉTIQUE

Énergétique (p 90)
17 jours de formation
répartis sur 5 stages : 115 h
8 modules théoriques : 160 h
Stage pratique* : 40 h

Nombre total d'heures : 315 h

**Attestation de formation
en 1ère année**

Cycle de base

**Maître Praticien en
Énergétique** (p 91)
15 jours de formation
répartis sur 3 stages : 107 h
Stage pratique* : 40 h

**Anatomie et
physiologie** (p 93)
6 jours de formation
répartis sur 2 stages : 40 h

**Les Clés du
changement** (p 59)
2 jours de formation : 14 h

Nombre total d'heures : 516 h

**Certificat
d'Énergéticien**

Cycle supérieur

ENERGÉTICIEN

**COMPLÉMENTS
ET PERFECTIONNEMENTS**

PAGES 93-99

RÉFLEXOLOGIE

**Réflexologies
plantaire et palmaire** (p 104)
15 jours de formation
répartis sur 5 stages : 102 h
Stage pratique* : 60 h

Nombre total d'heures : 162 h

**Certificat de Praticien
en Réflexologie**

Cycle de base

Maître Praticien en Réflexologie (p 105)
6 jours de formation
répartis sur 2 stages : 40 h
Stage pratique* : 14 h

Réflexologies faciales (p106)
6 jours de formation
répartis sur 2 stages : 40 h
Stage pratique* : 14 h

Réflexologie abdominale (p 108)
3 jours de formation : 20 h
Stage pratique* : 14 h

**Anatomie et
physiologie** (p 93)
6 jours de formation
répartis sur 2 stages : 40 h

**Les Clés du
changement** (p 59)
2 jours de formation : 14 h

Nombre total d'heures : 358 h

**Certificat
de Réflexologue**

Cycle supérieur

RÉFLEXOLOGUE

**COMPLÉMENTS
ET PERFECTIONNEMENTS**

PAGES 107-108

LES 3 MÉTIERS DU PÔLE CORPOREL

MASSAGE BIEN-ÊTRE

Massages du monde (p 112)

19 jours de formation répartis sur 5 stages : 135 h
Stage pratique* : 70 h

Nombre total d'heures : 205 h

Certificat de Praticien en Massages du monde

Maître Praticien en Massages du monde (p 113)

5 jours de formation répartis sur 2 stages : 60 h
Stage pratique* : 14 h

Spécialisation

2 ou 3 formations au choix
10 jours de formation au minimum : 68 h
Stage pratique* : 28 h

Anatomie et physiologie (p 93)

6 jours de formation répartis sur 2 stages : 40 h

Les Clés du changement (p 59)

2 jours de formation : 14 h

Nombre total d'heures : 429 h

Certificat de Maître Praticien en Massages du monde

PRATICIEN EN MASSAGES DU MONDE

COMPLÉMENTS ET PERFECTIONNEMENTS

PAGES 114-123



Pour devenir Praticien agréé FFMBE, vous devez :

- 1) Valider le cycle de base en Massages du monde (134h en présentiel) ou en Réflexologies plantaire et palmaire (115h en présentiel).
- 2) Valider la formation en Anatomie et physiologie (40h en présentiel).
- 3) Compléter votre parcours avec des formations appartenant aux départements Massages bien-être et/ou Réflexologie afin d'atteindre 200 heures de formation en présentiel.

LES CURSUS MÉTIER

- Chaque cursus métier peut être suivi séparément.
- Les formations Anatomie et physiologie et Clés du changement peuvent être suivies pendant un cycle de base, seuls les Maîtres Praticiens nécessitent la validation du cycle de base.
- Si vous souhaitez intégrer plusieurs cursus métier, vous pouvez les suivre dans l'ordre de votre choix et à votre rythme.
- Si vous voulez être conseillé ou établir un plan de formation, vous pouvez contacter un Directeur Pédagogique (cf. page 106 : parcours de formation).

*STAGE PRATIQUE : LIVRE D'OR

Les témoignages des personnes ayant bénéficié des pratiques demandées dans les formations sont recueillis au sein d'un Livre d'or à nous faire parvenir lorsqu'il est complet. Plusieurs pratiques peuvent être proposées à la même personne, celles-ci varient de 20 minutes à 1 heure, le nombre demandé pour chacune d'entre elles est déterminé par l'Institut. Ces pratiques vous permettent de consolider le savoir-faire dont vous avez besoin pour maîtriser certaines matières et pouvoir ainsi en faire un usage professionnel de qualité.

**NOS AIDES À
INSTALLATION
p 126**

COMPARATIF DES 7 MÉTIERS

Ce comparatif a pour objectif de décrire les 7 métiers auxquels nous formons et de préciser leurs différences. Chaque métier peut être exercé seul ou en complémentarité avec un ou d'autres métiers. Toutes les combinaisons sont possibles, cela dépend de votre profil de Thérapeute ou Praticien en bien-être.

↳ SOPHROLOGUE

Le Sophrologue est un professionnel proposant une approche thérapeutique corporelle et émotionnelle en individuel ou en groupe. Il travaille en état modifié de conscience qu'il induit par la voix. Pour ce faire, il utilise la respiration, la détente musculaire, la conscience corporelle et la visualisation créatrice. Il enregistre les techniques proposées afin que le/les sujet(s) s'entraîne(nt) en toute autonomie. Au sein d'EPHAD, d'hôpitaux, d'entreprises ou en cabinet, il intervient dans de multiples domaines qui s'articulent autour de 3 pôles. Le pôle clinique au sein duquel il accompagne, après établissement d'un diagnostic médical, les consultants atteints de pathologies liées au stress, les dépressions, phobies, troubles du sommeil, les maladies psychosomatiques, la gestion de la douleur. Le pôle préventif où il intervient sur les risques psychosociaux, la compétence émotionnelle et la confiance en soi. Le pôle pédagogique, qui englobe diverses préparations mentales (examens, interventions, entretiens...). Il contribue également au développement personnel du sujet grâce à un travail de dévoilement progressif de la conscience.



Fréquence moyenne des rendez-vous : toutes les 2 à 3 semaines / Durée moyenne du travail en individuel : 6 à 12 mois (soit 10 à 15 séances).

Répartition des cours en formation : théorie 40% - pratique 60%. Installation : après validation du cycle de base (1 an de formation). Le suivi du cycle supérieur est conseillé.

↳ PRATICIEN EN RELATION D'AIDE

Le Praticien en Relation d'aide propose une approche thérapeutique psycho-émotionnelle verbale en individuel. Il permet au consultant de découvrir le fonctionnement de ses mécanismes psychiques, d'apprendre à se connaître, de comprendre le sens de ses symptômes, et de pouvoir grâce à des outils spécifiques et performants issus de grands courants psychologiques (Freud, Jung) et de techniques psychothérapeutiques (analyse transactionnelle, amphithéâtre psychologique, décodage biologique, pensée positive) se mettre en action pour résoudre ses difficultés qu'elles se traduisent par des symptômes physiques, émotionnels, mentaux ou des problématiques existentielles.

Il permet au consultant de mobiliser ses capacités et ses ressources psycho-émotionnelles pour accéder à ses propres solutions, retrouver la confiance en lui, l'équilibre, conquérir son autonomie et réaliser ses objectifs. Il peut également animer des groupes de parole et transmettre certains outils sous forme de stages (ex : analyse transactionnelle pour améliorer la communication, le management, la confiance en soi).



Fréquence moyenne des rendez-vous : toutes les 2 à 3 semaines. Le consultant travaille entre les séances de manière autonome pour atteindre ses objectifs. / Durée moyenne du travail en individuel : 1 à 2 ans (20 à 30 séances)

Répartition des cours en formation : théorie 50% - pratique 50%
Installation : après validation du cycle supérieur (2 ans de formation).

↳ PRATICIEN EN HYPNOSE

Le Praticien en Hypnose est un professionnel qui utilise une approche symbolique, métaphorique et créative. Grâce à sa voix, il s'adresse directement à l'inconscient pour permettre des prises de conscience selon les objectifs définis par son client. Les domaines d'intervention sont vastes (dépendances, phobies, blessures, somatisations, confiance en soi, amélioration des potentiels). Ils permettent au praticien d'avoir une activité riche et variée.

L'accompagnement des problématiques est orienté vers des solutions efficaces et rapides à la fois sur les effets comme sur les causes. L'approche s'inscrit également dans une démarche d'accompagnement au bien-être et au développement personnel qui facilite la communication et le changement.

Fréquence moyenne des rendez-vous : toutes les 2 à 3 semaines / Durée moyenne du travail en individuel : 6 à 8 mois (6 à 10 séances par problématique)

Répartition des cours en formation : théorie 40% - pratique 60%. Installation : après validation du cycle de base (1 an de formation). Le suivi du cycle supérieur est conseillé.



COMPARATIF DES 7 MÉTIERS

Pour affiner votre profil, vous pouvez réaliser un test sur notre site internet et/ou prendre rendez-vous avec un Directeur pédagogique.

ART-THÉRAPEUTE

L'Art-thérapeute est un professionnel spécialisé dans l'accompagnement des personnes par le biais de processus créatifs et artistiques. En proposant des protocoles d'accompagnement, il cherche à stimuler par la créativité artistique inhérente à toute personne, ses capacités d'adaptation et de transformation pour faire face aux difficultés qu'elle rencontre.

Il propose le mode d'expression artistique et créatif le plus adapté aux objectifs qu'il a identifiés avec le bénéficiaire (individuel ou groupe) : peinture, modelage, écriture, musique, chant, collage, graphisme, danse, théâtre... Lors des interventions il accompagne le consultant à élaborer ses solutions singulières, retrouver son élan vital, approfondir sa conscience et intégrer sa force personnelle.



Fréquence moyenne des rendez-vous : toutes les 2 semaines / Durée moyenne du travail en individuel : 4 à 6 mois

Répartition des cours en formation : théorie 30% - pratique 70%. Installation : après validation du cycle de base (1 an de formation). Le suivi du cycle supérieur est conseillé.

ENERGÉTICIEN

L'Energéticien propose à ses clients une approche thérapeutique corporelle globale. Il identifie les besoins de la personne sur la base d'une compréhension du fonctionnement du corps humain selon 4 équilibres : cellulaire (terrain biologique, traitements naturels), tissulaire (thérapie manuelle), fonctionnel (tradition chinoise, méridiens et points d'acupuncture) et énergétique (tradition indo-tibétaine, centres de forces, corps subtils, lien corps-émotions).

Les soins en énergétique et en thérapie manuelle qu'il propose couplés aux conseils personnalisés en hygiène de vie permettent de favoriser les processus d'autorégulation de la personne consultante pour atteindre un meilleur équilibre corporel et psycho-émotionnel.



Fréquence moyenne des rendez-vous : toutes les 2 à 3 semaines / Durée moyenne du travail en individuel : variable

Répartition des cours en formation : théorie 50% - pratique 50%. Installation : après validation du cycle supérieur (2 ans de formation).

RÉFLEXOLOGUE

Le Réflexologue utilise des techniques de stimulation des zones réflexes du corps soit manuellement soit avec un outil adapté. Elles peuvent être réalisées sur différentes zones (pieds, mains, ventre, visage, crâne, dos) et favorisent le processus d'autorégulation du client pour atteindre un meilleur équilibre.

Il identifie les besoins de la personne dans une approche globale sur la base d'une compréhension du fonctionnement du corps humain selon les concepts, entre autres, de l'énergétique chinoise.

L'objectif d'une séance de réflexologie est de réduire les causes de mal-être de la personne, tel que léger dysfonctionnement, stress, trouble du sommeil, tension physique, tout en offrant une expérience de relaxation.



Fréquence moyenne des rendez-vous : toutes les 2 à 3 semaines / Durée moyenne du travail en individuel : variable.

Répartition des cours en formation : théorie 30% - pratique 70%. Installation : après validation du cycle de base (1 an de formation). Le suivi du cycle supérieur est conseillé.

PRATICIEN EN MASSAGES DU MONDE

Le Praticien en Massage du monde propose un accompagnement personnalisé et utilise un ensemble de techniques manuelles pour favoriser, entretenir et optimiser le bien-être global de ses clients. Il possède un large panel de techniques de massage lui permettant de s'adapter à leur demande tout en respectant son profil de praticien. Cette diversité s'exprime dans les origines de chaque massage (Occident, Inde, Chine, Japon, Thaïlande, Hawaï, Bali...), dans son approche du toucher (sensitive, musculaire, énergétique) et dans ses modalités (à l'huile, sur tissus, sur table, sur chaise, au sol).



Fréquence moyenne des rendez-vous : tous les mois

Répartition des cours en formation : théorie 20% - pratique 80%. Installation : après validation du cycle de base (1 an de formation). Le suivi du cycle supérieur est conseillé.