

FORMATION MOI ET MA TÊTE

Nous savons que le mouvement naturel personnalisé permet de sortir des douleurs fonctionnelles, de les éviter et de bouger pour sa santé ou vers la performance. Mais savez-vous que le seul mouvement est insuffisant ? Pourquoi... car notre corps est organisé pour assurer notre survie en se posant, en bougeant, en regardant et en pensant le monde. C'est étonnant mais ce qui bouge est aussi doté d'un système nerveux, tout l'inverse des végétaux qui ne bougent pas et non pas de cerveau. Le mouvement est à l'origine du cerveau et de la pensée qui en émerge. Chaque Préférence Motrice induit une Préférence Cognitive qu'on vous propose de découvrir.

OBJECTIFS

Dans cette formation, on vous parle de mouvement et de pensée. On rentre dans un univers scientifique et clinique passionnant aux implications directes sur la manière d'interagir avec les autres. On ne communique pas avec un Terrien comme on le fait avec un Aérien, avec la sensation comme avec l'intuition, avec la sensibilité comme avec la rationalité. Connaissant les Préférences Motrices et Cognitives on peut aligner le mouvement et l'intention, ce que nous appelons le principe d'intention-action. Il établit une cohérence entre le corps et la pensée et permet de sortir de l'incohérence ou excès qui accompagne très souvent les douleurs fonctionnelles.



COMPETENCES ACQUISES

A l'issue de cette formation, vous connaîtrez vos Préférences Cognitives et saurez les repérer chez les autres. Vous comprendrez quels sont les besoins mentaux de chacune de Préférences Motrices et saurez quels conseils favoriser pour se sentir bien dans son corps et dans sa tête. Vous comprendrez les dimensions rationnelles et émotionnelles liées aux Préférences Motrices et aux douleurs mais également les traits de personnalité spécifiques associés aux mouvements primitifs. Le tout afin d'optimiser les échanges avec les patients et les collègues.



PROGRAMME DÉTAILLÉ

Contenu PDF du cours est téléchargeable sur une plateforme personnelle de formation. Les collations sont incluses dans le prix de la formation. Les frais d'hébergement et de restauration sont non compris. La formation alterne entre théorie et pratique, dure 1 jour (7h) et se déroule comme suit :

1e demi-journée

- § Introduction aux Préférences
- § Cognitives Esprit profond et esprit plat
- § Terrien – Aérien : collecter l'information
- § Mise en situation pratique

2e demi-journée

- § Chaines respiratoires : décider
- § Le curseur des motricités et modèle
- § cérébral Exemples au travers de cas
- § cliniques
- § Mise en situation pratique



MÉTHODOLOGIE UTILISÉE

Les méthodologies d'apprentissage par 'acquisition' (support de cours sous forme de présentation power point et analyse de cas clinique sous forme de vidéo ou d'image) et par 'le mouvement' (mise en situation des tests et observations liés aux préférences et études de cas concrets) sont utilisées dans cette formation.



MODALITÉ D'ÉVALUATION

Les stagiaires doivent avoir répondu à l'ensemble des questions durant le temps imparti, à savoir 15 minutes. Le questionnaire comprend 10 questions auxquelles il est demandé de répondre par « Oui » ou « Non ». L'évaluation se fait 'en digital', via le téléphone portable. Les stagiaires sont tenus d'avoir leur téléphone portable avec eux durant la formation. L'ensemble du questionnaire est corrigé et argumenté à la suite de l'évaluation, durant 15 minutes. L'évaluation est créée par l'ensemble des formateurs responsables de la formation.



CERTIFICATION

L'ensemble des réponses sont automatiquement préenregistrées, ce qui permet d'avoir un résultat immédiat sur l'obtention ou l'échec de l'évaluation théorique. A la suite de la réussite de l'évaluation, le stagiaire se voit décerner une certification directement sur place. En cas d'échec, la personne se verra contrainte de recommencer l'évaluation une semaine plus tard. Un email est envoyé au stagiaire et celui-ci devra répondre en direct aux questions avec le formateur, via une visio ou un appel téléphonique. En cas de second échec, le stagiaire se verra obligé de repasser l'entièreté de la formation à prix réduit (50%).



SITUATIONS EXCEPTIONNELLES

Dans le cas où le stagiaire devrait partir avant l'évaluation, l'évaluation lui est envoyée par email et la correction se fera par l'un des membres du Jury. Dans le cas où l'accès à un réseau ne serait pas possible, une ou plusieurs plages horaires seront définies pour l'ensemble des participants à la formation.