



Association Suisse de Massage Rythmique

Identification de la Méthode

Massage Rythmique Thérapeutique

Table des matières

1. DESIGNATION DE LA METHODE	3
2. BREVE DESCRIPTION DE LA METHODE	3
3. HISTOIRE, PHILOSOPHIE ET DIFFUSION	4
3.1 Développement du Massage Rythmique Thérapeutique	4
3.2 Philosophie	5
4. MODELE THEORIQUE FONDAMENTAL.....	6
4.1 Conception de l'homme	6
4.2 Santé et maladie	11
4.3 Communauté	12
5. FORMES DE L'ANAMNESE	12
5.1 Rencontre – dans la discussion	12
5.2 Rencontre – dans l'apparence	13
5.3 Rencontre – par le toucher	13
6. CONCEPT THERAPEUTIQUE.....	14
6.1 Généralités	14
6.2 Approche thérapeutique	14
6.3 Intégrer	17
6.4 Transférer	18
7. LIMITES DE L'APPLICATION DE LA METHODE / CONTRE-INDICATIONS.....	19
8. DIFFERENCIATION DES COMPETENCES D'ACTION SPECIFIQUE A LA METHODE	20
9. RESSOURCES SPECIFIQUES A LA METHODE.....	20
9.1 Exercice général du Massage Rythmique Thérapeutique	20
9.2 Connaissances.....	20
9.3 Aptitudes	22
9.4 Attitudes	23

10. POSITIONNEMENT	24
10.1 Rapport de la méthode avec la médecine alternative et la médecine classique	24
10.2 Délimitation de la méthode par rapport à d'autres méthodes et professions.....	24
11. ÉTENDUE ET STRUCTURE DE LA PARTIE DE LA FORMATION TC SPECIFIQUE A LA METHODE ...	28
11.1 Heures d'enseignement et de contact	28
BIBLIOGRAPHIE.....	29

Jun 2020

AMRS • Secrétariat • Im Chloster 32 • 8214 Gächlingen • Téléphone: 052 681 14 81
www.rhythmische-massage-therapie.ch

1. Désignation de la méthode

Massage Rythmique Thérapeutique

2. Brève description de la méthode

Le Massage Rythmique Thérapeutique repose sur la compréhension holistique de la vision anthroposopique de l'être humain. Il s'oriente vers les besoins actuels de la personne en relation avec son environnement social et naturel.

Dans l'interaction des niveaux physique, mental et spirituel de l'organisme, la «santé» est considérée comme un processus holistique et dynamique. Le but du Massage Rythmique Thérapeutique est de renforcer l'autorégulation, de promouvoir la perception de soi et de renforcer la compétence de guérison en ouvrant de nouvelles perspectives et possibilités d'action.

Le Massage Rythmique Thérapeutique agit comme médiateur des impulsions de régulation dans le domaine des nombreux rythmes corporels en interaction, ce qui permet d'atteindre un équilibre entre les processus neuro-sensoriels et les processus du système métabolique-membres. Sa compréhension du massage comme étant une alternance entre le contracté et le relâché, ainsi qu'une médiation dynamique entre les polarités, la distingue des autres techniques de massage.

La thérapeute complémentaire qui pratique le Massage Rythmique Thérapeutique¹ développe le processus thérapeutique dans le cadre d'un dialogue, lequel repose sur les besoins de traitement et les objectifs thérapeutiques de la cliente. Elle applique sa méthode centrée sur le corps en vue de renforcer les ressources de ce dernier au moyen de techniques de massage spécifiques à la méthode, et ce, sur de grandes surfaces rythmant de tissus ou relaxant des couches plus profondes. Les caractéristiques résident en particulier dans la qualité du mouvement, qui vise à mobiliser les tissus de la profondeur vers la périphérie via la technique du contracté-relâché. Des effleurages en lemniscate sont également des éléments importants de la thérapie.

Le traitement se fait généralement directement sur la peau de la cliente, qui reste en position couchée. La période de repos qui suit le traitement est une partie essentielle du Massage Rythmique Thérapeutique. Elle permet en effet de consolider les réactions physiques de la respiration, du pouls, de la répartition de la chaleur et des rythmes métaboliques avec ses propres sensations. Lors de l'entretien qui suit, la patiente est rendue attentive à ces réactions et à la possibilité de les transférer dans la vie quotidienne. Cette réflexion permet également de comprendre les modes de comportement et les conditions de vie personnelles qui favorisent ou non la santé, et de les intégrer dans un nouveau concept de soi basé sur les ressources.

La clé d'un traitement réussi par le biais du Massage Rythmique Thérapeutique est une meilleure compréhension des rythmes corporels en tant qu'intégrateurs de processus opposés, leur perception consciente et un large répertoire de techniques de mouvements et de massages spécifiques à la méthode. Celles-ci trouvent leur efficacité grâce à une attitude d'estime, d'attention et de dialogue pour les intérêts de la cliente et sa situation personnelle.

¹Le terme «thérapeute» est pris ici au féminin, forme qui est valable pour les deux sexes.

3. Histoire, philosophie et diffusion

3.1 Développement du Massage Rythmique Thérapeutique

Le Massage Rythmique, méthode qui a précédé l'actuel Massage Rythmique Thérapeutique, a été développé entre 1921 et 1940 par la médecin néerlandaise Ita Wegman (1876-1943). Ita Wegman a fondé et dirigé à Arlesheim (Suisse) l'Institut clinique-thérapeutique (aujourd'hui: Clinique Arlesheim) et a collaboré étroitement avec Rudolf Steiner (1861-1925). Masseuse formée au massage suédois, elle a développé une nouvelle forme de massage rythmique, selon la conception de la nature humaine de Rudolf Steiner. Il en est résulté une compréhension différenciée des techniques de Massage Rythmique, du processus contracté-relâché en tant que polarités et du rythme en tant que centre dynamique. Le Massage Rythmique de cette époque a été appliqué à l'Institut clinique-thérapeutique à partir de 1921 et n'a cessé d'être perfectionné grâce aux expériences pratiques et thérapeutiques de la manipulation différenciée.

La première présentation écrite du Massage Rythmique date de 1929; nous la devons à la médecin Margarethe Hauschka-Stavenhagen (1896-1980). En 1962, cette dernière ouvre avec Irmgard Marbach (1921-2008), à Boll (Allemagne), une école de Massage Rythmique et de thérapie artistique, et élabore un premier curriculum pour les cours: «Le Massage Rythmique selon Dr Ita Wegman». La méthode était également appelée «Massage Hauschka» à l'époque.

D'autres écoles furent créées par la suite dans le monde entier. La formation au Massage Rythmique se développe dans la foulée en Suisse également, ce qui a débouché sur la création d'une association en 1994. En 2001, la première filière de formation a commencé à l'«École de Massage Rythmique», dont les diplômées seront reconnues par la Croix-Rouge suisse en tant que masseuses médicales. Les diplômées se sont concentrées sur le Massage Rythmique avec son approche holistique et son contexte, ce qui a entraîné par la suite, dans le cadre de l'OrTra Massage médical, des tensions entre les intentions de l'école et les prescriptions en matière de contenu de cette même OrTra MM. L'association AMRS a donc poursuivi la reconnaissance du Massage Rythmique comme méthode indépendante et a rejoint l'organisation faitière Xund en 2010 et l'OrTra Thérapie complémentaire en 2016. Suite à cet affinement du profil, la méthode se dénomme désormais «Massage Rythmique Thérapeutique» et fait partie des méthodes de la thérapie complémentaire. En tant que forme de thérapie indépendante, elle est pratiquée par des thérapeutes complémentaires qui suivent la méthode du Massage Rythmique Thérapeutique. Le profil de compétence de la méthode et l'image de soi du thérapeute s'en trouvent ainsi élargis par rapport à l'ancien Massage Rythmique.

La thérapeute complémentaire qui pratique la méthode du Massage Rythmique Thérapeutique travaille principalement de manière indépendante et sous sa propre responsabilité, mais elle peut également être employée et œuvrer dans un cadre interdisciplinaire.

3.2 Philosophie

Le Massage Rythmique Thérapeutique s'oriente sur la personnalité spécifique de la cliente, sur sa biographie au cours de ses différentes phases existentielles et le contexte systémique de son environnement.

Le concept de traitement et le diagnostic reposent sur la vision anthroposophique de l'être humain, telle que développée par Rudolf Steiner.

A la fin du Moyen Âge, le médecin et philosophe Paracelse (1493-1541) part de l'idée que, dans le cas d'une maladie, il s'agit moins de savoir quels sont les changements que l'on peut percevoir de l'extérieur que de considérer ce qui les a provoqués.

Cet art de la guérison s'intéressait déjà aux forces qui se cachent derrière les substances mesurables. A partir de cette intuition, on a d'abord recherché au niveau du symptôme les courants vitaux sous-jacents plus fins, qui se trouvaient déséquilibrés, puis les composants psychiques et/ou spirituelles.

Paracelse appréhendait l'être humain dans sa congruence complexe avec la terre, la nature, l'atmosphère et l'univers. Dans la lignée de ce penseur original, Rudolf Steiner décrit plusieurs niveaux: physique, éthérique, astral et spirituel (4.1.1).

Rudolf Steiner développe une approche totalement nouvelle avec le concept de tripartition fonctionnelle (4.1.2), un fondement clé de la vision anthroposophiques de l'homme. Les processus de l'organisation neuro-sensorielle s'opposent à ceux de l'organisation métabolique et mouvement. Ces fonctions polaires sont médiatisées et ordonnées par le système rythmique.

Les trois systèmes constituent le substrat corporel des qualités spirituelles que sont penser, ressentir et agir/vouloir.

La pensée repose sur le système neuro-sensoriel et permet la perception de soi, la reconnaissance, la compréhension, la réflexion sur les pensées, les sentiments et les actions.

Le pouls et la respiration sont les principaux composants du système rythmique. Ils réagissent immédiatement aux moindres nuances émotionnelles d'antipathie et de sympathie. Le sentiment de sympathie nous relie aux autres personnes, idées et actions. L'antipathie permet de se démarquer. L'interaction entre des sentiments antipathiques et des sentiments sympathiques peut, par la pensée, venir à la conscience (réflexion) et conduire à l'empathie.

La mise en œuvre des décisions et des intentions est basée sur le système du métabolisme et des membres. L'environnement et le quotidien changent par des actions et des expressions de la volonté. Pour la salutogenèse, il est essentiel d'agir à partir de nouvelles approches originales.

L'individualité se manifeste dans la constitution unique de chaque personne, dans l'interaction individuelle de leurs forces physiques, mentales et spirituelles, dans leur projet de vie et leur biographie. Ces composantes constituent les ressources personnelles et permettent l'autocompétence, l'autoresponsabilité et l'autorégulation dans la perception individuelle de la santé et de la maladie.

4. Modèle théorique fondamental

4.1 Conception de l'homme

L'homme forme une unité composée d'un corps, d'une âme et d'un esprit en interaction avec son environnement social et naturel. Au niveau de l'interaction des forces physiques, mentales et spirituelles au sein de l'organisme, la «santé» est définie comme une expérience holistique et subjective au sens d'un continuum dynamique entre déficience et bien-être. La compétence personnelle en matière de santé signifie la capacité d'intervenir dans ce processus dynamique en reconnaissant, en expérimentant et en agissant. L'être humain connaît d'une part l'organisation active et consciente de sa propre vie, d'autre part l'activité d'adaptation constante de l'organisme comme expression d'un intégrateur intérieur, dont la capacité de régulation autonome (organisation du Moi) dépasse celle de la conscience éveillée. Avec cette instance intégratrice, la thérapeute entre dans une relation dialogique via l'entretien et le corps.

4.1.1 Corps constituants

Dans la vision anthroposophique de l'homme, le terme «corps constituants» ou «corps constitutifs» introduit une distinction entre les parties physiques et spirituelles de l'homme, qui interagissent les unes avec les autres. L'efficacité des corps constituants s'exprime au niveau du corps dans les états agrégés solide, liquide, gazeux-air, avec la chaleur comme élément générateur d'impulsion. Une théorie spécifique des éléments terre, eau, air et feu et une théorie des différents tempéraments à savoir le mélancolique, le flegmatique, le sanguin et le colérique basée sur la nature de ces éléments se trouvent déjà dans la Grèce antique et font partie intégrante de la philosophie occidentale.

Les parties physiques animées du corps se présentent dans une configuration morphologique. La morphologie tente d'en saisir le caractère holistique. Elle part du principe que tout phénomène naturel est lié à un autre. Il existe donc des formes spécifiques qui reflètent des principes de conception de niveau supérieur, comme par exemple en embryologie. L'histoire du développement montre les changements dans les relations de forme au cours du développement individuel. Autre exemple de configuration morphologique: la structure du système nerveux. Le système est considéré comme un système fonctionnel en soi et dans l'architecture globale des systèmes corporels.

Le tableau ci-dessous donne une vue d'ensemble des niveaux des quatre corps constitutifs et de leurs qualités. Le corps, la vie, l'âme et l'esprit ne doivent pas être pensés comme des principes hiérarchisés, mais comme des principes qui agissent de manière croisée. Le terme «émergent» signifie dans ce contexte les propriétés d'un système qui apparaissent de manière spontanée, comme un bond dans le développement. Les propriétés émergentes ne correspondent pas directement aux éléments à partir desquels elles se sont formées, mais présentent leurs propres qualités.

Minéraux	Végétaux	Animaux	Êtres humains	
			«Esprit» emergent!	conscience de soi, pensée rationnelle, volonté libre, «Moi», autorégulation, morale, éthique, maîtrise, sens, spiritualité, attitude....
		«Âme» (mind) emergent!	↑ ↓ «Âme»	conscience, perception/sensation, douleur, plaisir, émotions, souhaits, instinct, intentions, mouvement orienté,....
	«Vie» emergent!	«Vie»	↑ ↓ «Vie»	croissance, reproduction, métabolisme, nutrition, autoguérison, auto-défense,...
Matière	«Organismes» (matière organisée)	«Corps physique»	↑ ↓ «Corps physique»	propriétés et structures physico-chimiques, réactions chimiques, mécanique,...

Tiré de l'ouvrage de Peter Heusser, Johannes Weinzirl, «Characteristics of Anthroposophic Medicine and its position in relation to Integrative Medicine», International Congress: The contribution of Anthroposophic Medicine to the Development of Integrative Medicine. Leiden, June 26, 2014

«Le corps physique»

Le corps physique est la partie de l'être telle que perçue par les sens. Il est constitué de matières minérales, liquides et gazeuses, est physiquement chaud (à l'état animé) et est formé et organisé selon des structures anatomiques-physiologiques. Il est soumis aux forces de son environnement physico-chimique, dont l'efficacité dans le corps au cours de la vie est fortement modifiée par l'activité des trois autres corps constitutifs, et donne à la personne le support de sa vie.

«La vie» – Le corps éthérique ou corps de vie

Les fonctions vitales de l'organisme sont activées par les fluides du corps et fonctionnent selon des rythmes spécifiques dans le temps et l'espace. Ce sont des paramètres importants de la santé ou de la maladie.

L'instance de coordination et d'organisation dans l'équilibre des fluides et dans toute la physiologie de l'organisme est appelée corps éthérique ou corps de vie.

La capacité d'autorégulation de l'organisme est ancrée ici et dans l'organisation du Moi (voir aussi système rythmique).

Sept processus vitaux sont à l'œuvre dans le corps éthérique: la respiration, le réchauffement, la nutrition, la sécrétion, le maintien, la croissance, la reproduction. Le maintien ou la régénération sert entre autres à l'auto-guérison (par exemple en cas de blessure) et constitue une compétence de guérison dans l'inconscient physique.

Le corps éthérique agit principalement au niveau centrifuge, comme source et force formatrice. Il constitue également la matrice des mémoires corporelles (par exemple, les traumatismes) et des habitudes.

«L'âme» – Le corps astral

La vie de l'âme est la base de la conscience, par exemple des sensations du corps. Elle suit la loi de la polarité et s'exprime dans des sentiments comme la joie et la douleur ou dans des sensations comme le plaisir ou le dégoût. En même temps, le corps astral constitue la base de la capacité de mouvement, que les êtres humains ont en commun avec la plupart des espèces animales.

Hippocrate (médecin grec, 460-370 AC) parlait de lier et de libérer l'âme par le massage. Cette affirmation prend un sens plus large si l'on considère que le corps astral peut être lié au corps éthérique de manière trop serrée ou trop lâche. Si le corps astral est trop profondément ou trop lâchement lié au corps éthérique, on considère qu'il est la cause de maladies internes, et un traitement approprié par la contraction et le relâchement au moyen de massages rythmés peut contribuer de manière significative à la guérison.

Le corps astral est efficace dans tous les processus aériens ainsi que dans les structures neuronales du corps. Il est responsable de la tension de base et du tonus des muscles par l'interaction de la polarité de l'impulsion et de l'inhibition.

Son pouvoir de formation et de création a un effet centripète sur l'être humain, qui se manifeste clairement chez les personnes qui vieillissent. Le corps astral décompose continuellement par son activité. La vie de l'âme est en interrelation subtile mais puissante avec les fonctions vitales (corps éthérique) de l'organisme (psychosomatique).

Le corps astral est relié dynamiquement au corps éthérique et le corps physique via la respiration, ce qui s'exprime ainsi:

- essoufflement en cas d'excitation, de stress, de douleur, de tension physique
- respiration lente en cas de relaxation, des pauses, d'activité physique équilibrée

L'activité respiratoire induit des sensations physiques ainsi que des sentiments tels que la douleur et la joie.

«L'esprit» – Le Moi et l'organisation du Moi

L'affirmation «Je suis» révèle l'individualité qui s'efforce de trouver le sens de l'être (morale, éthique, spiritualité, conscience de soi). Du «Moi» vient le pouvoir d'agir librement, de développer la compétence personnelle et la force d'agir pour la création d'une vie individuelle et unique. Dans le Moi, je reconnais que toute personne sans préjugé est une individualité. Les idées, comme les droits de l'homme, naissent du «Moi».

Dans l'organisme humain, l'efficacité du Moi en tant que force inconsciente (organisation du Moi) se manifeste principalement dans les processus de chaleur. Cela se traduit par une température corporelle différenciée, par exemple au niveau du cœur, légèrement plus élevée que dans l'ensemble de l'organisme. La chaleur en tant que qualité consciente se manifeste également dans des expressions mentales telles que l'enthousiasme, l'affirmation de soi et la prise en charge de tâches dans le monde.

4.1.2 La tripartition fonctionnelle

Trois systèmes fonctionnels différents œuvrent dans l'organisme humain, à savoir: le système neuro-sensoriel, le système rythmique et le système du métabolisme et des membres.

L'efficacité différente et différenciée des corps constituants dans les trois systèmes fonctionnels constitue la base organique des qualités mentales de la pensée, du sentiment et de l'action/volonté. De plus, les tendances qui nous rendent en bonne santé ou malades sont évidentes à tous les niveaux.

	Corps constituant	Système fonctionnel	
Conscience	Organisation du Moi	Système neuro-sensoriel	Esprit
	Corps astral		Âme
	Corps éthérique	Système rythmique	Vie
Régénération	Corps physique	Système du métabolisme et des membres	Matière

Tiré de: «Akademische Forschung in der Anthroposophischen Medizin»; Peter Heusser (Hrsg.); Peter Lang AG, Europäischer Verlag der Wissenschaften, Bern 1999; ISBN 3-906760-46-4

Le système neuro-sensoriel

Le système neuro-sensoriel comprend le système nerveux central, le système nerveux périphérique et le système nerveux végétatif. Ses processus forment la base corporelle de la vie des représentations conscientes, de la pensée. La conscience naît par des processus de réduction. L'être humain est en relation avec son environnement via ses sens. Il réagit et interagit avec ces derniers à de nombreux niveaux.

L'anthropologie anthroposophique différencie les qualités des sens en douze processus sensoriels distincts. Pour le Massage Rythmique Thérapeutique, le «sens du toucher», le «sens de la vie», le «sens de la chaleur», le «sens de l'odorat», le «sens de l'ouïe», le «sens de la parole», le «sens de la pensée» et le «sens du Moi» sont particulièrement importants (Soesman Albert: Die zwölf Sinne).

Le sens du toucher est particulièrement important pour le Massage Rythmique Thérapeutique.

Il permet à la cliente de se percevoir dans un corps et en tant que corps. D'une part, elle se sent connectée à son environnement par ce sens et, d'autre part, elle se sent séparée de son environnement par l'enveloppe protectrice qu'est la peau.

Le sens du toucher permet la perception de «l'être soi-même» comme une forme individuelle.

Le toucher thérapeutique soutient cette expérience holistique. Il favorise la perception de soi et le sentiment d'accord (cohérence) avec soi-même.

Le système métabolique et des membres

Le système métabolique et des membres constitue la base de l'accumulation de substance et du mouvement. Selon l'anthropologie anthroposophique, la digestion des aliments se fait à travers les étapes de perception - rythmisation - digestion effective - absorption - excrétion. La nourriture qui est prise dans l'organisme pour s'alimenter devient la base du potentiel énergétique et des processus vitaux. Ces processus permettent la croissance et la régénération. Les processus métaboliques sont centrés dans l'abdomen et se poursuivent dans les membres. Ils permettent de développer la volonté dans l'organisation du mouvement.

Le système rythmique

Entre le système neuro-sensoriel et le système métabolique et des membres se trouve le système rythmique, auquel sont attribués tous les processus rythmiques du corps. La qualité indépendante du système rythmique ordonne l'interaction des deux systèmes polaires, le système neuro-sensoriel et le système métabolique et des membres, par des interactions rythmiques dans le temps. Les processus rythmiques servent à la séparation, au dialogue et à l'équilibre dynamique, ce qui est décisif pour la santé.

Les processus rythmiques créent un équilibre dans le jeu des forces qui interviennent entre le processus métabolique et l'activité neuro-sensorielle; ils assument une fonction constante de médiation et d'équilibre. C'est en eux que réside la source de la capacité d'autorégulation.

Le système rythmique constitue la base des sentiments dans la vie de l'âme.

4.1.3 Individualité et globalité

L'individualité humaine s'exprime dans sa conception unique, au cours de la vie, ainsi que dans la perception individuelle de la santé et de la maladie, et la possibilité d'autorégulation qui y est associée. (3.2, 4.1.1 et 4.1.2, 4.2)

L'individu évolue au sein d'une communauté, dans un contexte social, et interagit avec lui. Les facteurs variables tels que le stress, les désirs, la douleur, les maladies, exigent une adaptation immédiate (hétérostase), car il y a une résonance et une interaction entre les facteurs changeants et l'organisme humain. L'organisme recherche un équilibre dynamique (homéostase) des fonctions de son milieu intérieur. (4.2)

Le sens, la compréhensibilité et la gérabilité de sa propre vie en tant que composantes de la compétence personnelle et de la résilience sont des aspects centraux de la promotion de la santé qui dépendent directement de l'éveil du pouvoir intrinsèque de l'individu. D'une part, le corps, l'âme et l'esprit de l'être humain sont liés à des cycles rythmiques tels que les saisons, le changement du jour et de la nuit, etc. et aux éléments (terre, eau, air, feu). D'autre part, ils sont l'instrument de sa personnalité façonnée individuellement (tempérament, constitution) et de son expérience subjective dans l'âme, de son contenu de conscience et d'action personnelle.

La globalité de l'organisme s'exprime également dans diverses interrelations, chaque emplacement du corps est lié à d'autres emplacements du corps, tels que la tête aux pieds, les bras à l'activité intestinale. Les différentes polarités sont basées sur la compréhension des interactions internes de l'organisme et sont prises en compte lors du traitement.

4.2 Santé et maladie

L'expérience de «se sentir en bonne santé» est façonnée individuellement et est sujette à des changements et des ajustements au cours de la vie. «Se sentir en bonne santé» est vécu comme une expérience holistique et subjective. Celle-ci repose sur une interaction dynamique et équilibrée des quatre éléments essentiels dans le cadre de la tripartition fonctionnelle (homéostasie). Au cours de sa vie, l'être humain est exposé à diverses influences et défis. Les fardeaux, les coups du sort, les maladies, les accidents avec leurs conséquences et d'autres événements font partie de la vie et façonnent la biographie individuelle. L'individu est appelé à faire face à ces influences et à s'adapter (hétérostase). À cette fin, il dispose de ressources telles que les compétences acquises, un environnement social durable ou la résilience grâce à des expériences faites durant l'enfance, des expériences de vie et des rythmes de vie qui renforcent la confiance en soi.

Sur le plan physique, la relation entre la santé et la maladie peut être considérée en mettant l'accent sur la polarité système neuro-sensoriel - système métabolique et des membres, respectivement leurs processus au sein de la tripartition fonctionnelle: si la relation dynamique entre les deux systèmes est équilibrée, alors l'accumulation et la régénération, la dégradation et l'excrétion sont en équilibre et la personne se sent en bonne santé.

Par exemple, une prédominance unilatérale du système neuro-sensoriel aux dépens du système métabolique et des membres dans une situation de tension constante peut, avec le temps, entraîner une disposition à la maladie avec des troubles fonctionnels. Si les quatre niveaux des corps constituants sont touchés et qu'une compensation fonctionnelle n'est plus possible, les maladies réelles apparaissent. Dans cet équilibre fonctionnel, les rétroactions des deux systèmes polaires sont en interaction dynamique et équilibrée entre elles. Cette saine efficacité est soutenue par des rythmes. Le système rythmique, en tant qu'organisation médiatrice, permet l'équilibre et assure en même temps que les qualités polaires et les effets de force restent dans leur sphère d'action saine.

La santé et la maladie peuvent donc être vécues comme des états qui se succèdent. L'être humain n'est ni sain ni malade, mais il connaît différents degrés de bien-être et aussi des déficiences telles que la douleur, l'inconfort, les limitations physiques et la souffrance mentale, dont certaines existent simultanément.

Toutes les transitions entre ces états doivent être comprises comme des processus comportant des étapes distinctes d'intégration ou de désintégration. Les phases de rencontre - travail - intégration - transfert sont applicables à l'ensemble du cycle thérapeutique ainsi qu'à la compréhension des transitions entre la santé et la maladie. L'intégration des corps constitutifs supérieures, le corps astral et le Moi, dans le corps éthérique et le corps physique peut être favorisée dans la phase d'intégration, ou ils peuvent être desserrés en cas d'une intervention ponctuelle excessive du corps astral. Dans le cadre de la compréhension de la quadripartition et de la tripartition fonctionnelle, la thérapeute vise donc une compréhension multidimensionnelle de l'être humain. Son approche de la promotion de la santé soutient le sentiment de cohérence de la cliente grâce à de nouvelles idées et expériences physiques sur la signification et - dans la mesure du possible - la gérabilité des processus liés à la santé, ainsi que sur leur origine. (voir également les chapitres 3.2, 4.1.1, 4.1.2).

4.3 Communauté

Tout individu grandit et évolue dans un environnement social et naturel. Il dépend de conditions de vie favorables, constituées de ressources naturelles et d'un ancrage social solide. Les expériences positives de création de liens permettent de développer l'autonomie, la confiance et l'assurance. Parmi ces expériences importantes on mentionnera notamment les expériences de contact et de proximité faites durant la petite enfance. Dans le Massage Rythmique Thérapeutique, les violations de cette intégrité sont prises en compte et des éléments de développement de la personnalité sont intégrés.

Les valeurs telles que la reconnaissance, la dignité, la confiance et l'assurance se réalisent dans la qualité de la prise en main non invasive, dans l'inclusion attentive des réactions de la cliente, dans l'attente des réactions des tissus et des expressions correspondantes de la cliente. En particulier le relâchement et l'extension grâce à la qualité du mouvement, la cliente peut faire l'expérience de son espace corporel de manière plus intense, plus complète et plus consciente. Elle trouve souvent un soutien en apportant son potentiel dans la communauté en ayant davantage confiance en elle-même.

5. Formes de l'anamnèse

5.1 Rencontre – dans la discussion

La rencontre initiale entre la thérapeute et la cliente est basée sur une attitude de respect, d'attention et d'empathie. La discussion est ouverte, elle génère un sentiment de sécurité et prend en compte les besoins de la cliente. Tout en conversant, la thérapeute élabore un plan de traitement avec cette dernière et lui montre les étapes possibles du processus thérapeutique.

Dans les entretiens de réflexion qui suivent et dans la perception des réactions physiques et émotionnelles, l'accent est mis sur les ressources de la cliente et son orientation dans la phase de processus. Quelles sont les causes de son stress et comment réagit-elle à celui-ci? Quelles sont ses forces et ses faiblesses?

Les préoccupations de la cliente, sa situation existentielle, l'environnement social, son état mental et ses troubles sont au centre de l'attention. Le dialogue permet de replacer les sujets biographiques et les préoccupations liées au traitement dans une relation interne et forme la base pour l'élaboration commune des objectifs thérapeutiques et d'un possible processus thérapeutique.

La thérapeute relève les thérapies d'accompagnement en cours (médicaments, psychothérapies, thérapies corporelles, etc.) et, si nécessaire, convient avec la cliente d'une coopération avec d'autres professionnels de la santé.

Des questions différenciées et personnalisées sur la digestion (nutrition, excrétion), les habitudes, les hobbies, les aversions, les préférences, les rythmes de réveil et de sommeil, les rythmes alimentaires, les sensations de chaleur et de froid, ainsi que l'intensité de la douleur, les sécrétions (par exemple la transpiration) peuvent permettre de mieux comprendre l'interaction des corps constituants de la cliente, la tripartition fonctionnelle et les polarités correspondantes.

5.2 Rencontre – par l'apparence

Lors de chaque rencontre, la thérapeute reçoit une impression de la situation spécifique, et appréhende le moment présent. La cliente exprime son essence et son état actuel via son apparence, l'expression de son visage, ses gestes, sa voix, sa poignée de main et d'autres signes personnels. La mobilité, la posture, l'équilibre, la coordination, la constitution physique et la peau donnent des indications sur la structure dynamique des corps constitutifs.

5.3 Rencontre– par le toucher

La thérapeute recueille les résultats de la palpation au moyen de divers effleurages (par exemple, lemniscate, 6.2), souvent intégrés dans un processus de traitement. Cela révèle les structures du squelette ainsi que le tonus, l'élasticité, le durcissement, la tension et la symétrie des muscles. Les caractéristiques de la peau telles que la mobilité, la turgescence, l'élasticité, la sécheresse, la chaleur, le froid, la douleur à la pression, superficielle et/ou profonde, sont l'expression des activités des corps éthérique et astral ainsi que de leur interaction. En particulier, l'organisme de chaleur, avec des zones chaudes et froides sur le corps comme support de l'organisation du Moi (4.1.1), est un indicateur important pour l'interaction momentanée des éléments essentiels et les possibilités d'autorégulation.

Les résultats du diagnostic en tant que partie du traitement ultérieur servent d'une part à déterminer la position par rapport à la cliente et, d'autre part, à définir une orientation pour les autres étapes thérapeutiques.

6. Concept thérapeutique

6.1 Généralités

Le dialogue avec la cliente se déroule à plusieurs niveaux dans le cadre du Massage Rythmique Thérapeutique. Il permet d'établir une relation de confiance et un cadre sûr pour le processus thérapeutique commun, dans lequel la cliente peut s'impliquer avec ses besoins physiques, mentaux, spirituels et sociaux. L'échange se déroule d'une part dans la perception mutuelle et le partage (5.1 et 5.2), d'autre part dans un «dialogue énergétique», qui exige sensibilité et expérience.

Le toucher stimule les réactions sur le plan physique et psychologique, qui sont travaillées et intégrées par la rencontre dans le toucher (5.3), dans la perception des expressions spontanées et dans l'entretien de réflexion. Ces réactions végétatives et émotionnelles peuvent être traitées et reconnues comme des indicateurs de changement dans le processus.

L'ensemble du cycle de traitement ainsi que chaque traitement individuel est divisé en plusieurs étapes: consultation initiale ou discussion préliminaire avec évaluation (informer, planifier), traitement, repos (réaliser) et réflexion (évaluer). Ces différentes étapes suivent les phases du processus décrites dans cette IDMET: rencontrer (5), travailler (6.2), intégrer (6.3) et transférer (6.4).

6.2 Approche thérapeutique

Le diagnostic est suivi du traitement. Le «dialogue» se poursuit donc de manière non verbale, entre le tissu et la main qui perçoit et masse, action qui est accompagnée de questions sur l'état de santé ou sur ce que la cliente ressent. L'accent est mis sur le toucher, la respiration et le travail énergétique afin de stimuler l'autorégulation de l'organisme de manière ciblée.

Le rythme des mouvements pose des «questions non verbales, interactives» à l'organisme, qui pourra voir par exemple une réaction de chaleur. La chaleur change via des processus physiologiques et mentaux. Par la qualité et l'intensité de la réponse, l'organisme révèle sa réactivité immédiate et permet à la thérapeute d'appréhender de manière différenciée le rapport de force entre les corps constitutifs. Les réactions non verbales et verbales de la cliente sont prises en compte en permanence dans la suite du travail, par exemple en ajustant la vitesse, l'intensité et l'endroit du massage. La cliente est encouragée à percevoir les changements subtils et à prendre part consciemment au processus thérapeutique, tandis que la thérapeute peut adapter ses mesures en dialoguant avec elle.

Des effets clairement vérifiables, tels que les changements de chaleur, soutiennent la perception que la cliente a d'elle-même et renforcent son expérience de prendre part à un processus. Les modifications de la respiration (approfondissement) ou de l'activité digestive relèvent également de ce domaine.

Qualités de l'approche

Différentes qualités peuvent être constatées au niveau des mouvements: la liaison, l'immersion et l'éveil de conscience s'opposent en tant que principe de base au relâchement, à l'élargissement et l'apaisement. Entre les deux, se trouvent les deux points d'inflexion, ou transitions, par lesquels les mouvements sont conçus comme une unité du point de vue rythmique. Comme le rythme de la respiration et le rythme cardiaque sont les rythmes les plus proches de la conscience dans l'organisme, le Massage Rythmique Thérapeutique soutient le rythme de la respiration et s'adresse en même temps à tous les rythmes du corps, en particulier le système respiratoire cardiovasculaire. Le mouvement de base est neutre. Il est adapté individuellement dans le processus thérapeutique et peut être conçu selon les principes d'intention, de qualité, d'intensité, de tempo, de lieu et de direction.

La main chaude de la thérapeute s'adresse directement à l'organisme du chaleur de la cliente, ce qui lui permet d'accompagner intérieurement le processus de dialogue entre les mouvements et la main, et l'état physique et mental de la cliente.

«Un effet de succion»

La thérapeute travaille avec une qualité de succion par un mouvement rythmée dans le tissu conjonctif au moyen d'un mouvement palpatoire qui se balance à travers la paume de la main et crée un effet de succion, comme avec une ventouse. L'élément rythmique de succion correspond aux parties les plus aqueuses du corps humain, sert principalement à stimuler les forces de lévitation et entre en résonance avec ce qui est vivant dans le corps.

Cette succion des tissus renforce donc particulièrement le corps éthérique, ouvre dans le thorax un espace pour la respiration, se poursuit dans l'abdomen et soutient les processus métaboliques dans la région abdominale et pelvienne.

6.2.1 Autres mouvements du Massage Rythmique Thérapeutique

Les mouvements suivants sont effectués en contact direct avec des mains délicates et mobiles, et sont adaptés en permanence.

Avec l'effleurage, la main travaille doucement et détendu. Elle suit la forme et la surface du corps, ouvrant ainsi des espaces chauds dans lesquels elle peut s'étendre. Les effleurages sont exécutés à un rythme et une intensité variables (un crescendo-decrescendo), et ont ainsi un caractère vivant et «musical». Comme une vague de proue silencieuse, ils servent à stimuler le flux des fluides.

Le lemniscate, un huit horizontal, sert dans diverses variations, entre autres, à relier et à équilibrer la chaleur. Il permet de prendre conscience en douceur d'une zone du corps (par exemple une articulation), favorise les processus métaboliques locaux, sert à approfondir la respiration et le mouvement respiratoire ainsi qu'à animer les fluides en les faisant passer de la pesanteur à la légèreté.

Parmi les effleurages, on trouve les cercles de chaleur, qui sont exécutés en doubles cercles. Outre la stimulation, ils servent à réanimer l'organisme fluide par des «vagues tourbillonnantes», notamment pour activer les processus thermiques et équilibrer les différents états thermiques.

Une spécialité particulière du Massage Rythmique Thérapeutique est la conception des cercles décalés. Leur effet est intensifié par une immersion plus profonde dans le

tissu et par un relâchement périphérique et une succion avec la paume. Ils constituent également la base du pétrissage à deux mains, conçu de manière plus intensive dans le tissu.

Le pétrissage, à une ou deux mains, se fait principalement par le mouvement de la paume. Après avoir plongé dans le tissu, il produit un fort effet de succion lorsqu'il est relâché, déclenchant ainsi une profonde impulsion rythmique, comme une vague qui se love sur elle-même.

L'élément de respiration ainsi créé en rythme favorise la relaxation et provoque la légèreté et le flux dans les tissus. La cliente ressent cela comme de la légèreté et de la droiture et peut l'exprimer après le traitement, et ce, jusque dans sa posture.

Le pétrissage à deux mains est effectué par un mouvement circulaire décalé.

Lorsqu'ils se rencontrent, les tissus sont doucement transportés puis soulevés à deux mains dans une phase de libération par succion. Le mouvement suivant est produit à partir du relâchement des mains et de l'atténuation du mouvement de pétrissage. On crée de cette façon une séquence rythmique de mouvements connectés. Le choix précis de l'intensité, les variations de l'accent mis sur la succion ou le relâchement, le choix de l'endroit ou de la vitesse et les pauses permettent d'obtenir une variété d'effets sur la structure des corps constitutifs.

Le pétrissage aéré est une sorte de pétrissage intensif avec les deux mains, qui est conçu pour être profondément absorbant et aéré. Le pétrissage aéré est une forme d'augmentation du pétrissage à deux mains.

Dans le Massage Rythmique Thérapeutique, les frictions en tourbillon (mouvements circulaires) sont effectuées en spirale, à la fois centrifuges et centripètes. Ce qui donne à ce mouvement un caractère de respiration dynamique. La friction en tourbillon peut favoriser l'interaction entre le pouls et la respiration, et ce, directement dans les tissus.

Ces différents mouvements sont utilisés dans les procédures de traitement pour la tête, le dos, le cou, les extrémités supérieures, l'abdomen, les hanches et les extrémités inférieures, qui subissent des ajustements et des variations dans le traitement thérapeutique concret. Aucune routine n'est ainsi créée, le processus de traitement est repensé individuellement en fonction de la perception et des objectifs.

6.2.2 Frictions rythmiques sur tout le corps ou une partie du corps

Les frictions rythmiques sur tout le corps ou une partie de ce dernier (dos, poitrine, abdomen, bras, mains, jambes, pieds) font partie intégrante du Massage Rythmique Thérapeutique.

Ces frictions suivent pour l'essentiel les lignes directrices de l'effleurage. Il s'agit d'une technique douce, rythmée et fluide, qui s'exerce sur les tissus. Une sollicitation plus intense des tissus, comme cela est le cas dans le massage, n'est pas envisagée dans ce contexte.

Les frictions rythmiques peuvent être utilisées pour les personnes de tout âge et pour tous les processus pathologiques; en raison de son application très douce, il y a peu de contre-indications.

Elles sont donc fréquemment utilisées dans les soins palliatifs, la thérapie des traumatismes, les états d'épuisement et la convalescence.

6.2.3 Traitements des organes

Le Massage Rythmique Thérapeutique comporte des formes spécifiques de friction, basées sur un mouvement lemniscatique pour les organes suivants: foie, rate, cœur, rein, vessie. D'une part, le traitement soutient la fonction de l'organe et, d'autre part, l'interaction mutuelle des différents systèmes d'organes est positivement influencée.

6.2.4 Huile végétale comme moyen auxiliaire

La thérapeute peut utiliser de l'huile comme aide pour réduire les frottements sur la peau et permettre des mouvements fluides, en particulier pendant les effleurages. Il ne s'agit pas de remèdes ayant une indication thérapeutique, mais par exemple de l'huile d'amande, de l'huile d'olive ou d'huiles contenant au maximum 3 % d'huiles essentielles. L'huile est appliquée avec parcimonie, car les mouvements sans ou avec peu d'huile peuvent être mieux différenciés et plus profonds. Il n'existe pas d'autres moyens spécifiques à la méthode et la thérapie ne comprend pas la prescription de ce type de produits. De même, dans le Massage Rythmique Thérapeutique en tant que thérapie complémentaire, l'utilisation d'huiles comme remède - contrairement à la pratique que l'on observe parfois à l'étranger - n'est pas prévue.

6.2.5 Cadre du traitement

Tout Massage Rythmique Thérapeutique commence par un entretien entre la thérapeute et la cliente. Le déroulement des traitements antérieurs, les séquelles et l'état de santé général servent à déterminer la situation actuelle, à partir de laquelle l'étape suivante, à savoir la définition commune des objectifs thérapeutiques, peut être envisagée.

Le Massage Rythmique Thérapeutique est pratiqué sous la forme de traitements individuels, soit en position assise, soit en position allongée. La méthode et les séquences de traitement sont clarifiées. La cliente donne son consentement quant au mode de traitement sur le corps (partiellement) dénudé. Il est également possible de travailler sur des vêtements légers.

La durée du traitement par unité thérapeutique est convenue à l'avance et peut varier au cours d'une série. Dans les cas aigus, le traitement est de courte durée afin de ne pas épuiser les forces de la cliente.

Le nombre de traitements dépend de chaque individu; une séquence comprend souvent six à douze traitements; dans le cas de maladies chroniques, un accompagnement sur une plus longue période peut être nécessaire.

6.3 Intégrer

La période de repos qui suit permet d'approfondir l'effet du massage ainsi que de renforcer la perception de soi. Pendant ces instants, des supports caloporteurs peuvent être appliqués, par exemple des oreillers en noyaux de cerises ou des bouillottes.

La thérapeute et la cliente réfléchissent à l'application du massage et à la période de repos qui suit ce dernier. Cette phase essentielle du processus thérapeutique permet

également à la cliente d'approfondir la perception qu'elle a d'elle-même. Des changements peuvent, à travers le Moi présent, être perçus à différents niveaux de conscience (physique, éthérique, astral) et intégrés dans l'image de soi, comme par exemple un fort réchauffement, une volonté claire, des sentiments, des couleurs intérieures, une douleur mentale ou physique, des images intérieures, des idées précises, des souvenirs, une respiration approfondie, un flux, une sensation de légèreté et de bien-être ou même une grande fatigue.

Dans cette phase, la thérapeute aide la cliente à développer de nouvelles façons de voir et d'agir en fonction de ses douleurs et de ses ressources et à les orienter vers des changements qu'elle peut gérer.

La thérapeute peut faire des recommandations concernant des compresses ou enveloppements, des frictions ou pour d'autres exercices physiques individuels, voire un entraînement visant à améliorer la perception et l'attention.

Ces exercices peuvent induire une nouvelle compréhension de soi et une autonomisation, et contribuer à les conserver au quotidien (empowerment).

Voici deux exemples de recommandations possibles:

- Exercices pour
 - o un mode de vie rythmé
 - o l'amélioration de la concentration

- Encourager à utiliser le nouveau vécu corporel également pour une transformation psycho-spirituel (exercices de visualisation)

La thérapeute et la cliente examinent ensemble la suite de la thérapie en tenant compte des objectifs thérapeutiques et adaptent ces derniers au processus engagé. La cliente développe dans un premier temps une nouvelle compétence de guérison.

6.4 Transférer

Dans cette phase, la thérapeute encourage la cliente à reprendre conscience des nouvelles expériences corporelles dans les situations quotidiennes, à les considérer positivement et à les laisser s'intégrer dans sa vie.

Si la cliente identifie les causes de ses troubles de la santé et de son bien-être, elle sera en mesure d'envisager des étapes réalistes vers de nouveaux comportements et de nouvelles approches. La thérapeute montrera leur effet sur la guérison. La cliente est respectée et renforcée en tant que personne pensante, sensible et volontaire (4.1.2).

La thérapeute se renseigne sur les facteurs favorisant ou inhibant l'environnement de la cliente. Elle soutient cette dernière dans la planification et la mise en œuvre des changements. Elle conclut le processus thérapeutique et clarifie si un soutien et un accompagnement thérapeutiques supplémentaires sont nécessaires.

7. Limites de l'application de la méthode / Contre-indications

Le Massage Rythmique Thérapeutique distingue entre les contre-indications absolues et les contre-indications relatives:

Les contre-indications absolues

Le Massage Rythmique Thérapeutique ne doit pas être appliqué en cas de

- maladies fébriles aiguës
- processus ulcéreux (également abcès)
- maladies infectieuses aiguës
- thromboses

Les contre-indications relatives

De bonnes connaissances et une expérience professionnelle, ainsi qu'une consultation avec d'autres professionnels de la santé, le cas échéant, sont requises en présence de:

- crise de migraine aiguë
- maladies vasculaires
- phlébites
- plaies ouvertes et eczéma
- contusions, distorsions

8. Différenciation des compétences d'action spécifiques à la méthode

Les compétences d'action spécifiques à la méthode correspondent à celles indiquées dans le profil professionnel de la thérapeute complémentaire.

9. Ressources spécifiques à la méthode

9.1 Exercice général du Massage Rythmique Thérapeutique

La partie de la formation TC spécifique à la méthode de Massage Rythmique Thérapeutique constitue la ressource pour les compétences indiquées dans le profil professionnel TC et donne le contenu de l'identification de la méthode.

9.2 Connaissances

9.2.1 Contexte

- Développement du massage comme méthode thérapeutique
- Origine et développement du Massage Rythmique Thérapeutique
- L'importance de Ita Wegman, Margarethe Hauschka et Rudolf Steiner pour le Massage Rythmique Thérapeutique

9.2.2 Anthropologie générale

- Totalité de l'esprit, de l'âme et du corps
- Concepts d'individualité et de communauté
- Principes de développements et rythmes dans la biographie
- Autocompétence, autoresponsabilité et autorégulation comme éléments clés de l'autodétermination
- Signatures de l'individu qui change: processus et phases, évolution et régression
- Polarité et équilibre comme base de l'homéostasie et de l'hétérostase
- Bases de la salutogenèse et de l'orientation vers les ressources

9.2.3 Anthropologie anthroposophique

- Principes de la morphologie du corps
- Corps constitutifs: corps physique, corps éthérique, corps astral, organisation du Moi
- Théorie des quatre éléments et des quatre tempéraments
- Harmonie et disharmonie des corps constitutifs
- Tripartition fonctionnelle: système neuro-sensoriel, système rythmique, système métabolique et des membres

- Constitutions en lien avec la tripartition fonctionnelle
- Nerfs et organes sensoriels
 - o Système nerveux central
 - o Système nerveux périphérique
 - o Système nerveux autonome
 - o Aspects spécifiques de la pathologie du système nerveux
 - o Les douze sens
- Organes du système rythmique
 - o Cœur, circulation, sang
 - o Système respiratoire, poumons
 - o Aspects spécifiques de la pathologie du système rythmique
- Système métabolique et des membres
 - o Système locomoteur (squelette, articulations, musculature)
 - o Métabolisme, système digestif
 - o Système hépatique et biliaire, système immunitaire et rate
 - o Système génito-urinaire: reins, organes excréteurs et reproducteurs
 - o Le muscle entre sang et nerfs
 - o Aspects spécifiques de la pathologie du système métabolique et des membres
- Penser, sentir, vouloir
- Signatures de l'organisation spatiale et temporelle
 - o Organisation du temps dans l'organisme humain - les «lois morphologiques»
 - o Développement embryonnaire
 - o Le rythme et les rythmes
 - o Les sept processus vitaux

9.2.4 Connaissances spécifiques à la méthode

- Hygiène personnelle, autoperception, pleine conscience
- Diagnostic: discussion, exploration visuelle, résultat de la palpation
- Principes actifs du Massage Rythmique Thérapeutique
- Moyens actifs des formes de base du Massage Rythmique Thérapeutique
- Éléments de préhension du Massage Rythmique Thérapeutique
- Principes d'organisation des éléments de préhension
- Qualités du mouvement: lier, organiser, relâcher, créer une aspiration/succion et une enveloppe
- Buts et limites des formes de base
- Lois de polarité dans le traitement par massage
- Processus de traitement de base et variations
- Formes de base et variations
- Importance du repos
- Friction rythmique générale ou locale
- Traitement des organes
- Huiles végétales comme moyens auxiliaires
- Cadre du traitement
- Indications/contre-indications de la méthode
- Hygiène et propreté
- Collaboration interdisciplinaire
- Documentation et présentations de cas
- Positionnement et délimitation par rapport à d'autres méthodes

9.3 Aptitudes

L'exercice du Massage Rythmique Thérapeutique exige les aptitudes suivantes:

9.3.1 Rencontrer

- Observer les règles d'hygiène spécifiques à la méthode
- Distinguer entre observer et interpréter
- Percevoir chez la cliente la manifestation des corps constitutifs et de leur tripartition fonctionnelle
- Établir sur cette base un diagnostic visuel et après palpation
- Élaborer et formuler les objectifs thérapeutiques avec la cliente
- Développer un concept thérapeutique en utilisant les connaissances pour agir conformément à la méthode (9.2)
- Planification du processus de traitement avec la cliente
- Être ouvert à des modifications de la planification en fonction de la situation

9.3.2 Travailler

- Travailler de manière interactive, en tenant compte de sa propre perception et des informations verbales
- Élaborer le processus thérapeutique avec la cliente
- Maîtriser les processus de traitement de base: tête, dos, nuque, extrémités supérieures, ventre, hanches et extrémités inférieures
- Variations des processus de traitement
- Maîtriser les techniques de base: effleurage, lemniscate, cercles de chaleur, cercles décalées, pétrissage à une main/à deux mains, pétrissage aéré, frictions
- Variations spécifiques à la méthode et adaptations des mouvements de base
- Éléments de préhension et principes d'organisation selon les qualités du concentré, du relâchement, de l'organisation, de la création d'une aspiration et d'une enveloppe
- Appliquer diverses formes de frictions rythmiques sur l'ensemble du corps ou localement (dos, poitrine, ventre, bras, mains, jambes, pieds)
- Appliquer des traitements spécifiques des organes (foie, rate, cœur, reins, vessie)
- Suivre les lignes directrices en matière d'hygiène et de propreté spécifiques à la méthode

9.3.3 Intégrer

- Réfléchir avec la cliente des différents niveaux de perception du processus: physique, éthérique, astral et dans le processus thérapeutique
- Encourager la cliente à se reposer comme partie de l'intégration
- Intégrer des éléments disparates dans la conversation, le travail centré sur le corps et dans la phase de repos, ce via l'application des connaissances en matière de communication
- Encourager l'intégration des douleurs et des handicaps dans l'image du corps

- Distinguer ses propres réactions de celles de la cliente sur le plan physique et émotionnel, et reconnaître leur potentiel d'interaction

9.3.4 Transférer

- Encourager la cliente à prendre conscience de nouvelles expériences physiques dans les situations de la vie quotidienne, à s'identifier à elles et à les intégrer dans sa vie
- Élaborer ensemble des possibilités de soutien de la guérison, ce en fonction de l'environnement et de la situation
- Relever les modes de vie défavorables tels que la posture du corps, les stressseurs, l'environnement social
- Aider à développer un rapport sain avec les sensations de chaleur et de froid en lien avec la température ambiante
- Promouvoir les mesures favorisant un mode de vie rythmé (p. ex. moment de repos avant de s'endormir, horaires de repas et de sommeil réguliers)
- Donner des indications pour l'application autonome des enveloppements, des compresses et des effleurages
- Déterminer avec la cliente la fin de la thérapie et la conseiller concernant d'autres possibilités ou thérapies ultérieures
- D'entente avec la cliente, inclure les proches et les soignants dans le processus de guérison
- Collaborer avec des médecins, des naturopathes, des physiothérapeutes ou des ergothérapeutes, des art-thérapeutes et des psychologues

9.4 Attitudes

L'exercice du Massage Rythmique Thérapeutique exige en particulier les attitudes suivantes:

- Être attentif à l'individualité et aux préoccupations de la cliente
- Agir sur l'attitude fondamentale d'estime, d'attention et d'empathie
- Considérer l'individu comme un être corporel, mental, spirituel et social
- Être ouvert aux changements
- Avoir une attitude perceptive dans le toucher
- Respecter la sphère privée ainsi que la distance intérieure et extérieure
- Respecter les différentes religions, nations et sexes
- Avoir une communication claire et compréhensible
- Connaître et accepter ses limites personnelles et celles de la thérapie
- Être capable d'autorégulation
- Connaître et développer son propre potentiel pour l'apprentissage et le développement

10. Positionnement

Le Massage Rythmique Thérapeutique a été développé dans le contexte de la médecine anthroposophique. Elle se veut être aujourd'hui une forme de thérapie autonome, qui est appliquée sous la responsabilité de thérapeutes complémentaires pratiquant la méthode de Massage Rythmique Thérapeutique. Ces thérapeutes sont en mesure d'établir un diagnostic, de planifier une thérapie, de la mettre en œuvre et de l'évaluer.

10.1 Rapport de la méthode avec la médecine alternative et la médecine classique

La thérapeute collabore de manière interdisciplinaire avec la médecine alternative et conventionnelle, car les clientes sont souvent traitées et soutenues parallèlement au traitement offert par la médecine alternative, conventionnelle ou intégrative (médecine anthroposophique).

10.2 Délimitation de la méthode par rapport à d'autres méthodes et professions

10.2.1 Massage médical

Le terme «massage médical» ne désigne pas une méthode proprement dite, mais un ensemble de techniques d'origines diverses telles que le massage classique, le massage du tissu conjonctif, le drainage lymphatique manuel, la réflexologie plantaire, le massage des points gâchettes, le massage de la grossesse, le massage sportif et autres.

Ces techniques sont basées sur une compréhension physique du corps. Leurs effets sont locaux, réfléchis et généralisés aux différents tissus, organes et systèmes du corps humain. Leur but premier est de retrouver, de maintenir et de promouvoir les fonctions et les tensions normales du mouvement.

Le Massage Rythmique Thérapeutique se concentre sur l'inclusion des quatre niveaux de l'être dans le système tripartite en stimulant le rythme comme un chemin centré sur le processus avec la cliente en vue de promouvoir la résilience, l'auto-perception, la compétence personnelle et l'orientation vers les ressources.

10.2.2 Massage classique

Définition du massage classique:

«Le massage est une thérapie mécanique locale, correctement dosée, de la musculature et du plafond corporel, effectuée à la main à des fins de guérison. Elle a également un effet général et à distance sur l'ensemble de l'organisme.» (Muschinsky 1992)

Le massage classique est basé une affection localisée et est utilisé pour les troubles du système musculo-squelettique ou les troubles qui affectent l'appareil locomoteur. (Storck 2010, S4)

Le Massage Rythmique Thérapeutique est une méthode de traitement holistique qui prend en compte les qualités du mouvement rythmique. Le travail est principalement effectué au niveau du tissu conjonctif avec des gestes souples, fluides et absorbants. Le Massage Rythmique Thérapeutique repose sur une compréhension thérapeutique globale.

Le traitement commence souvent à un endroit éloigné des zones qui sont à l'origine des troubles.

Principes actifs

- Lieu de l'action

L'endroit où s'exerce le massage classique est la peau, le tissu conjonctif, mais principalement la musculature et les fascias. Le muscle est travaillé intensivement.

Le Massage Rythmique Thérapeutique s'applique surtout sur la peau et le tissu conjonctif.

La musculature est importante dans son déroulement; le travail se focalise en revanche sur le tissu conjonctif.

Un lieu d'action particulier, qui n'existe que dans le cadre du Massage Rythmique Thérapeutique, est constitué par les frictions spécifiques des organes, qui complètent le traitement et stimulent les fonctions des organes de manière à les soutenir.

- Type d'action

Dans le massage classique, les mouvements sont effectués avec la même pression de toute la main, mais avec une baisse de l'intensité vers le cœur.

Dans le Massage Rythmique Thérapeutique, les mouvements sont modulés avec la paume de la main et dirigés vers le cœur ou s'éloignant de celui-ci. Des effets de succion rythmés dans le tissu conjonctif sont créés.

«Le mouvement de pétrissage consiste à étirer, tordre et presser de biais ou transversalement à la direction des fibres musculaires, ce qui affecte les muscles individuels et les groupes de muscles. Il en résulte une torsion caractéristique en forme de S de la masse musculaire soulevée. La direction du mouvement va du point d'attache du muscle distal (loin du centre du corps) au point d'attache du muscle proximal (près du centre), suivant les fibres musculaires vers le cœur.» (Storck 2010, S. 10 und 12)

En Massage Rythmique Thérapeutique, le pétrissage avec la paume crée une succion. Le tissu est aspiré dans la main par cette ondulation. On ne procède pas à des extensions. Sur la base des résultats et du concept thérapeutique, le pétrissage est dirigé soit vers le cœur soit loin du cœur.

Dans le massage classique, les frictions peuvent être si intenses, par exemple via les myogéloses (durcissement des muscles) que des saignements tissulaires se

produisent en raison de la rupture des capillaires dans la zone concernée, saignements qui sont toutefois absorbés à nouveau après quelques jours. (Storck 2010, S.19)

En Massage Rythmique Thérapeutique, l'intensité de la friction correspond à la tonicité des tissus. Les lésions tissulaires ne sont en aucun cas visées.

La plupart des mouvements du massage classique provoquent immédiatement une rougeur de la peau à l'endroit où ils sont appliqués.

Dans le Massage Rythmique Thérapeutique, des rougeurs de la peau peuvent apparaître à la suite du massage chez les clients sensibles, l'organisme ne réagissant généralement qu'en s'échauffant.

- Moyen d'action

«Les effleurages irritent les nerfs sensibles de la peau et ont un effet général sur les voies nerveuses.» (Storck 2010, S. 38)

Avec des mouvements spécifiques tels que les cercles de chaleur, les lemniscates et l'effet de succion caractéristique grâce à la qualité du mouvement, le Massage Rythmique Thérapeutique agit sur le tissu conjonctif et stimule la circulation des fluides (sang, lymphe et liquide tissulaire), crée un effet de réchauffement profond et agit sur la respiration.

«Les effleurages et les pétrissages provoquent mécaniquement, au niveau local, une accélération du flux lymphatique, et du flux sanguin dans les veines dilatées.» (Storck 2010, S. 38)

Dans le Massage Rythmique Thérapeutique des «tourbillonnements» et la rythmicité stimulent les flux des fluides dans les tissu conjonctif et soutient leur agilité. Compte tenu de la loi de la polarité, la partie opposée du corps est souvent travaillée au début, ce qui permet d'obtenir un effet à distance sur les réactions symptomatiques locales. Ainsi, une perturbation peut avoir sa cause à un endroit différent de celui où elle apparaît et le traitement d'une zone du corps peut avoir un effet sur une autre.

«Les frictions intenses entraînent la libération d'histamine et/ou d'autres substances sympatholytiques dans les tissus. Celles-ci déclenchent une hyperémie locale, atteignent l'ensemble du corps par la circulation et permettent ainsi un impact global.» (Storck 2010, S. 39)

Les frictions a tourbillon sont effectuées dans le cadre du Massage Rythmique Thérapeutique en fonction de la tonicité des tissus. Par la compression, la succion et le massage tourbillonnant des tissus, ils provoquent une augmentation de la circulation et une réorganisation des processus. Tout l'organisme est ainsi pris en compte.

L'effet de succion qui résulte du mouvement de malaxage circulaire rythme les fluides tissulaires et favorise leur mobilité. Cela a pour effet d'activer la circulation et les processus métaboliques, ce qui sera ressenti dans le corps au niveau de son étendue et de sa légèreté.

Bien que le massage classique et le Massage Rythmique Thérapeutique utilisent parfois la même terminologie en raison de leur origine en partie commune, ils diffèrent fondamentalement dans l'interprétation des principes d'action (lieu, type et moyen). Le massage classique n'est pas une ressource pour le Massage Rythmique Thérapeutique.

10.2.3 Le massage des points d'acupuncture

Le massage des points d'acupuncture est une synthèse de théorie énergétique orientale et de techniques occidentales.

Cette technique connaît le cycle énergétique des méridiens ou le modèle des cinq phases de transformation. Les méridiens sont stimulés à l'aide du bâton thérapeutique, des blocages articulaires de la colonne vertébrale ou d'autres sont traités manuellement.

Tel que décrit dans la présente IDMET, le Massage Rythmique Thérapeutique repose sur un modèle de pensée européen.

Les effleurages et les mouvements de massage ne suivent pas les méridiens ou les différents points d'acupuncture. Le travail holistique se focalise sur l'organisme avec ses trois systèmes fonctionnels (système neuro-sensoriel, système rythmique et système métabolique et des membres).

11. Étendue et structure de la partie spécifique à la méthode de la formation TC

11.1 Heures d'enseignement et de contact

La partie spécifique à la méthode de la formation TC permet l'acquisition des compétences indiquées dans le profil professionnel TC et indique le contenu de l'identification de la méthode.

Elle dure au moins 3 ans en cours d'emploi et comprend au moins 1250 heures (heures de contact et auto-apprentissage), dont au moins 500 heures de contact. Le nombre d'heures de contact peut être supérieur à 500 mais pas inférieur.

Bibliographie

- Batschko Eva Marie: Dengler, Susanne: Praxisbuch der Rhythmischen Massage nach Ita Wegman, Mayer, Johannes Verlag, 2011
- Batschko Eva Marie: Einführung in die Rhythmischen Einreibungen, 2. Auflage, Mayer, Johannes Verlag, 2010
- Fingado Monika: Rhythmische Einreibungen: Handbuch aus der Ita Wegman Klinik, 4. Auflage, Natura Verlag, 2012
- Girke Matthias: Innere Medizin: Grundlagen und therapeutische Konzepte der Anthroposophischen Medizin, 2. Auflage, salumed Verlag, 2012
- Glöckler Michaela: Kraftquelle Rhythmus – Hilfen im Alltagsstress. gesundheit aktiv, Berlin 2017
- Glöckler Michaela, Schürholz Jürgen, Walker Martin (Hrsg.): Anthroposophische Medizin. Ein Weg zum Patienten, Verlag Freies Geistesleben, 1999
- Guimberteau Jean-Claude: Strolling under the skin, DVD, SFRS Service du Film de Recherche Scientifique, Paris 2005
- Härter Stefan: Berührung – Rhythmus – Heilung: Die Rhythmische Massage nach Dr. med. Ita Wegman, anthrosana, 2005
- Hamre HJ, Glockmann A, Kienle GS, Siemers P, Ziegler R, Kiene H.: Abschlussbericht: Wissenschaftliche Begleitung des Modellprojekts Anthroposophische Medizin der Innungskrankenkasse Hamburg. Freiburg: Institut für angewandte Erkenntnistheorie und medizinische Methodologie; 2005. 534 S.
Abrufbar unter: <http://www.ifaemm.de/Abstract/PDFs/IKK.pdf>
- Hauschka Margarethe: Rhythmische Massage nach Dr. Ita Wegman. Menschenkundliche Grundlagen, Boll über Göppingen 1978
- Hauschka Rudolf: Wetterleuchten einer Zeitenwende, Berlin 2018
- Heusser Peter: Anthroposophie und Wissenschaft, Dornach 2016
- Hoerner Wilhelm: Zeit und Rhythmus, Stuttgart 2006
- Husemann Friedrich, Otto Wolff: Das Bild des Menschen als Grundlage der Heilkunst, Band 1, Stuttgart 1986
- Hildebrandt Gunther, Moser Maximilian, Lehofer Michael: Chronobiologie und Chronomedizin, Weiz 2013
- Isemann Harald: Rhythmische Massage nach Dr. med. Ita Wegmann: Eine neue und zeitgemässe Massageform mit ganzheitlichem Ansatz, 3. Auflage, Verein f. Anthroposophisches Heilwesen e.V., Bad Liebenzell, 2000
- Kienle Gunver Sophia, Kiene Helmut, Albonico Hansueli: Anthroposophische Medizin in der klinischen Forschung. Stuttgart - New York: Schattauer Verlag; 2006,
- Kienle Gunver Sophia, Kiene Helmut, Albonico Hansueli: Health Technology Assessment Bericht Anthroposophische Medizin. Erstellt im Rahmen des Programm Evaluation Komplementärmedizin (PEK) des Schweizer Bundesamtes für Sozialversicherung. 2005. Zusammenfassung abrufbar unter: http://www.ifaemm.de/Abstract/PF15_HTA.htm
- Koob Olaf: Tankstelle Nacht– Schlaf- und Schlaflosigkeit, Arlesheim 2018
- Layer Monika: Praxishandbuch Rhythmische Einreibungen nach Wegman/Hauschka, 2. Auflage, Huber Verlag, 2014
- Marti Ernst: Das Aetherische, Basel 1989
- Muschinsky Bernd: Massagelehre in Theorie und Praxis. Klassische Massage - Bindegewebsmassage – Unterwasserdruckstrahlmassage, Stuttgart-Jena-New York 1992
- Penter Reiner: Der Krankheitsprozess als Frage, Der Heilungsprozess als Antwort, Dornach 1998
- Rohen Johannes: Morphologie des menschlichen Organismus, Stuttgart 2000
- Rosenhauer von Löwensprung, Natalie und Stefan: Anthroposophische Medizin in der Naturheilpraxis, Haug, 2013
- Schwenk Theodor: Das sensible Chaos, 5. Auflage 1980, Stuttgart 1962
- Soesman Albert: Die zwölf Sinne, 4. Auflage, Verlag Freies Geistesleben, 2000
- Steiner Rudolf: Die Welträtsel und die Anthroposophie, GA 54, Dornach 1983
- Steiner Rudolf/Ita Wegman: Grundlegendes für eine Erweiterung der Heilkunst, GA 27, Dornach 1984
- Steiner Rudolf: Anthroposophische Menschenerkenntnis und Medizin, GA 319, Dornach 1994
- Storck Ulrich (Hg.): Technik der Massage: Kurzlehrbuch (Physiofachbuch), Stuttgart - New York 2010
- Wais Mathias: Biographiearbeit Lebensberatung: Krisen und Entwicklungschancen des Erwachsenen, Stuttgart 2015
- Wikipedia: „Rhythmische Massage“
https://de.wikipedia.org/wiki/Rhythmische_Massage (Zugriffsdatum: 17.09.2019)