

Parcours professionnel

Passionnée depuis plus de trente années par la qualité des relations humaines et la connaissance de soi, j'ai consacré l'essentiel de ma vie à ces recherches.

À travers un travail de développement personnel constant, j'ai acquis des connaissances et des compétences importantes dans les domaines de **l'écoute empathique, de l'accompagnement des personnes par le toucher conscient et le massage de pleine attention centré sur la personne et sur l'être**. Ce travail sur moi-même me permet d'être **congruente dans mes actions de formation**.

Ce parcours de vie m'a d'abord amenée, dans un contexte de travail psychocorporel, à pratiquer un massage de confort intuitif, comme le pratique la majeure partie des soignants. **Découvrant les nombreux effets bénéfiques de cet accompagnement**, sur les plans physique, émotionnel et relationnel, **j'ai décidé de pousser plus loin ma recherche**.

Trois années de formation avec Margareth ELKE (créatrice du Massage Institute of California) m'ont appris à travers **une technique particulièrement rigoureuse**, à construire un travail précis, sûr et fiable. C'est la demande actuelle des soignants ou des thérapeutes qui veulent être sécurisés dans cette pratique.

Dès cette époque je transmets mes connaissances en coanimant des séminaires de développement personnel dans le sud de la France, sur une décennie environ.

En 1988, je décide de partir **approfondir ma recherche et ma pratique à Esalen Institute aux États Unis**, « temple » des recherches psychocorporelles pratiquées dans le monde entier et enseignées avec rigueur et professionnalisme.

Je m'y formerai à la technique « Esalen Massage » puis y travaillerai 4 mois.

Retour en France où je crée mon cabinet de praticienne en « toucher relationnel ».

C'est dans le cadre de cette pratique que je rencontre des soignants, médecins, kinés venant recevoir ce travail dans le cadre de leur propre gestion du stress ou démarche de développement personnel. **C'est ainsi qu'un médecin et un cadre de santé de l'hôpital de Nancy/Laxou me font confiance et m'invitent en 1996, à venir former les premiers soignants à une approche respectueuse et empathique des patients par le toucher conscient**.

Cette approche novatrice est un succès et le bouche à oreille fonctionne entre responsables et directeurs d'établissements.



Parcours professionnel

En 1996, la rédaction de mon mémoire universitaire de pédagogie des adultes (DUPAD) « **Comment la pratique du toucher conscient dans un service de géro-psycho-geriatrie peut-elle prévenir l'usure des soignants** » (mention TB), achève de donner **une vraie légitimité à mon travail dans le monde hospitalier.**

En 2001, je crée mon propre organisme de formation, **IFRACOM** (Institut de Formation à la Relation d'Aide et à la COMmunication). **C'est dans ce contexte que l'ANFH Lorraine fait appel à mes compétences.** Je les mettrai à son service **pendant 5 années**, sans jamais qu'un seul bilan négatif ne vienne démentir la qualité du travail proposé.

En 2009, je décide de poursuivre mon expérience de la formation en profession libérale et **je crée FW.FAC.**

Parallèlement à cette expérience de « Toucher Conscient », **j'ai créé depuis 1993 une formation sur l'accompagnement humaniste de la fin de vie.** J'ai en effet consacré l'essentiel de l'année 1993 à accompagner bénévolement des sidéens en fin de vie. Le massage de confort et le toucher conscient restaient leur dernier réconfort dans des corps dévastés par la maladie. C'est là que je me suis rendu compte à quel point les soignants n'étaient ni prêts, ni « armés » pour accueillir la mort, y mettre des mots et l'accompagner dans le calme et la sérénité. **Plus de 20 années de démarche de développement personnel m'avaient permis de me mettre au clair avec les fonctionnements émotionnels, les difficultés à parler de la mort, les questionnements spirituels sous tendus par l'imminence de la fin de la vie.**

Je me forme alors davantage aux **soins palliatifs avec l'équipe du CHU de Besançon**, Régis Aubry et Elisabeth Muller. Je suivrai en 2001 une formation résidentielle de 7 jours avec **Marie de Hennezel**. Depuis, j'ai formé des équipes de bénévoles de **JALMALV** au toucher conscient dans l'accompagnement de la fin de vie. Je forme également de nombreuses équipes soignantes à cette réflexion humaniste de la fin de vie en EHPAD, hôpitaux, maisons de retraite, maisons d'accueil spécialisées, etc.

La formation au Toucher Conscient et Massage de Pleine Attention est donc éminemment transversale et mon parcours me permet d'aborder cette philosophie de soins avec une profondeur et un respect qui touchent les soignants bien au-delà des compétences techniques qu'ils vont acquérir.



Autres formations, interventions et recherches

. Hôpital d'Annecy : préparation d'une équipe de réanimation à la présentation de « la toilette à deux gants » au congrès international de réanimation de la Rochelle (2010).

. Conférence-débat dans le cadre d'un congrès sur la prise en charge non médicamenteuse de la douleur au CH d'Annecy après formation des membres du CLUD et à leur demande.

. Interventions dans différents établissements pour accompagner les soignants lors de toilettes difficiles (agressivité ou fin de vie, soins de suite neurologiques)

. Formation de bénévoles, de familles ou d'aidants à l'accompagnement de la fin de vie et au Toucher Conscient.

. Conférence débat sur le Toucher Conscient dans l'accompagnement de la fin de vie pour l'association JALMALV

. Hôpital de Morteau : conférence débat « Penser et accompagner la fin de vie : un chemin de maturation de l'Être »

. Depuis 2000, je pratique le **Zen pour l'Occident**, et le travail de pleine attention transmis au Centre Dürckheim par Jacques CASTERMANE.

J'ai également suivi une formation à la pratique de **Mindfulness** avec Marc Scialom, autre approche de la pratique méditative enseignée en milieu hospitalier.

J'ai appris à travers ces enseignements à être centrée au quotidien, à proposer une qualité de présence calme, efficace et bienveillante et à développer concentration et pleine attention.

Ces « outils » sont comparables à ceux enseignés à l'Hôpital Sainte-Anne à Paris par Christophe André. Ils offrent aux soignants une opportunité de découvrir une « autre façon d'être là ».

Ils leur permettent de redonner un sens profond à leur métier, tout à fait indispensable, face au rythme de travail usant qui leur est imposé.

Ils gagnent alors en calme, tranquillité, discernement... et donc en humanité.

