

Réflexothérapie et trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH)

COMMENT ACCOMPAGNER ENFANTS ET ADULTES DANS LA GESTION DU QUOTIDIEN

Les personnes concernées par ce trouble du développement neurologique ont toujours existé, mais la compréhension du TDAH et de son impact sur la vie quotidienne est relativement récente. Comme un bruit de fond qui ne cesse jamais, les symptômes s'invitent partout : en classe, au travail, dans la vie sociale et familiale. Ils s'accrochent à la vie de tous les jours et rendent les échanges, les apprentissages et les tâches quotidiennes plus laborieux.

Et si, au lieu de tenter sans cesse de contrôler leur mental, ces personnes pouvaient apprendre à écouter leur corps ? La réflexothérapie agit directement sur le système nerveux et favorise l'action du système parasympathique. Elle vise à rétablir un équilibre global et à moduler l'activité nerveuse en soutenant la circulation de l'information entre les différentes structures du cerveau. Et surtout, la réflexothérapie donne aux personnes concernées par le TDAH l'occasion d'acquérir une nouvelle perception de leur corps.

Objectif du cours :

- comprendre le TDAH, ses symptômes et ses implications, ainsi que les troubles associés
- appliquer un protocole de réflexologie plantaire spécifique comprenant des zones réflexes ciblées
- associer au massage plantaire différentes techniques comme le massage détente de la tête et les méthodes de respiration

À l'issue du cours, vous serez capable :

- d'accompagner une personne TDAH dans un traitement de réflexothérapie avec la compréhension des mécanismes et implications de son trouble
- de cibler les zones réflexes plantaires à travailler pour soutenir l'organisme et la psyché
- d'intégrer des outils de conseils pratiques

Prérequis :

Avoir un diplôme en réflexologie ainsi qu'en anatomie-pathologie-physiologie

Durée :

8 heures

Programme :

Théorie :

- le TDAH : définition & compréhension, symptômes & implications, étiologie, troubles associés, diagnostic & traitements
- le rôle du système nerveux dans le TDAH
- les zones réflexes en lien avec le TDAH et les troubles associés

- quelques compléments alimentaires utiles dans le TDAH
- quelques huiles essentielles utiles dans le TDAH

Pratique :

- protocole complet sur les zones réflexes plantaires (avec ou sans huiles essentielles)
- exercices de respiration
- massage détente de la tête (reprise du cours dédié)

Méthodes pédagogiques :

Apports théoriques et pratiques

Moyens pédagogiques :

Support de cours

Planches réflexes

Formatrice :

Laetitia Locher-Monney

Thérapeute complémentaire avec Certificat de branche OrTra TC, méthode Réflexothérapie

Lieu :

Ecole Gedane Sàrl, Côtes-de-Montbenon 30, 1003 Lausanne

Date :

Vendredi 5 novembre 2027

Horaire :

9h00 à 18h00

Prix :

Voir sur le site internet

Equipement nécessaire à la pratique :

- un drap-housse
- un linge
- une couverture légère
- une lavette ou des lingettes
- de quoi prendre des notes

Formulaire d'inscription :

Voir sur le site internet