

Eutoniste G.A.

planifier, encourager, inciter, montrer, guider, organiser

L'Eutonie Gerda Alexander est une démarche corporelle. Elle se base sur l'écoute des sensations et la prise de conscience du corps en relation avec le sol et en échange vivant avec le monde environnant. La pratique de l'Eutonie vise un tonus équilibré et flexible, une «eutonie» («eu» bon, harmonieux et «tonos» tension). Elle favorise la santé et le bien-être personnel, ouvre à la connaissance de soi, stimule la créativité et permet de développer ses capacités sociales. Elle renforce l'autonomie et la joie de vivre. L'eutoniste travaille avec des enfants, des adolescents et des adultes en cours de groupe et en

séances individuelles. En séance individuelle, l'eutoniste combine les consignes verbales et le traitement en Eutonie. Le toucher et la mobilisation passive stimulent la présence corporelle et favorisent l'équilibre tonique.

En cours de groupe, l'eutoniste propose des situations d'expérience corporelle sensible permettant aux participants de mieux sentir, connaître et comprendre leur corps avec sa sensibilité, ses structures et ses mouvements, ses fonctions vitales, ses possibilités naturelles et ses potentialités innées.



Quoi et pourquoi?

- ▶ Afin de diriger l'attention de la patiente sur sa propre expérience corporelle et la perception de soi, l'eutoniste effectue avec elle des exercices de posture, d'étirement et de concentration.
- ▶ Afin d'aiguiser la perception que les patients ont de leur corps et de leur environnement, l'eutoniste leur montre comment stimuler le sens du toucher.
- ▶ Afin d'éviter que l'enfant ne développe plus tard des défauts posturaux, l'eutoniste pratique des mouvements qui ménagent les articulations et travaille avec la résistance du sol et la gravité.

Profil requis

	avantageux	important	très important
capacité d'accepter les critiques	■		
capacité relationnelle, empathie	■	■	■
compétences pédagogiques, capacité de communiquer	■	■	
expressivité	■		
forme physique et force, maturité personnelle	■	■	
habileté manuelle	■		
intérêt à travailler avec les gens, intérêt pour les questions de santé	■	■	■
ouverture d'esprit	■	■	
patience, persévérance	■	■	
volonté de faire un effort, résilience	■	■	

Les faits

Admission Pour la formation: âge minimal de 25 ans, formation professionnelle ou maturité gymnasiale ou équivalent.

Formation La formation évolue sur quatre ans et englobe plusieurs modules de base et un module final. Elle s'organise en rencontres de 2-3 jours et des semaines intensives. Le module final est d'une durée de 1½ an et amène au diplôme en Eutonie Gerda Alexander.

Les aspects positifs Les improvisations et les études de mouvement favorisent la créativité, l'expression personnelle et l'émergence de formes vivantes.

Les aspects négatifs Lorsque le rétablissement d'un patient s'éternise, il faut de la patience.

Bon à savoir L'eutoniste travaille dans les domaines thérapeutique, pédagogique et artistique, en cabinet privé et en institution.

Plans de carrière

Thérapeute complémentaire DF (diplôme fédéral)
Certificat de branche OrTra TC
Eutoniste G.A.
Formation professionnelle initiale (CFC), maturité gymnasiale ou titre équivalent (voir admission)