

Charte Massage Ajusté®

1. Définition

Le Massage Ajusté® propose un temps de relation, une rencontre basée sur l'écoute profonde et le respect. C'est un accompagnement, qui permet d'accueillir la personne dans son entièreté et sa singularité. C'est une approche humaniste du massage qui s'appuie sur un toucher conscient et à l'écoute.

En accord avec la personne massée, le.la praticien.ne observe et compose avec les manœuvres de massage adéquates et adapte chaque geste aux réponses et signes corporels de l'instant. Par sa qualité de présence, le.la praticien.ne, en lien avec sa créativité, n'enferme pas la personne massée dans un protocole.

Le massé dispose d'un espace de liberté, au sein d'un cadre bienveillant et structurant : choix de tenue vestimentaire, d'installation, de mouvements en cours de massage...

Les bienfaits du Massage Ajusté® sont multiples. Il s'adapte aux besoins du moment : détente musculaire, relaxation corps-esprit, harmonisation énergétique, soutien psycho-émotionnel, récupération sportive...

Quelles que soient les orientations choisies, le Massage Ajusté® est toujours la proposition d'un voyage intérieur. Il permet une reconnexion avec son corps, ses mouvements intérieurs et extérieurs et offre un accès aux couches sensibles de son histoire.

2. Les praticien.nes Massage Ajusté®

a. Engagement des praticien.nes

Le.la praticien.ne s'engage à

- Utiliser le terme "Massage Ajusté" systématiquement accompagné du symbole ® signifiant la marque déposée ;
- Avoir validé une formation spécifique au Massage Ajusté® ;
- Effectuer des formations continues (ou supervisions) reconnues Massage Ajusté® au moins tous les 3 ans à partir de la certification ;
- Incarner et faire vivre les valeurs du Massage Ajusté® ;
- Le.la praticien.ne tient compte des limites de ses aptitudes et des limites (médicales, physiques, physiologiques, etc) du massé. Si besoin, il.elle le réoriente vers un autre professionnel du bien-être ou de santé ;
- Être explicite pour ne créer aucune confusion entre la pratique du Massage Ajusté® et les pratiques à caractère médical réglementées ;
- Effectuer pluri-annuellement des pratiques faisant évoluer sa qualité de présence et son savoir-être (massage, qi gong, pratiques somatiques, yoga...) ;

- Mettre en avant la différence entre sensualité et sexualité pour exclure toute demande de prestation d'ordre sexuelle.

b. Posture du.de la praticien.ne

Le.la praticien.ne se pose en lui-même, dans une attitude tranquille, enracinée dans son ressenti et disponible à l'autre. Depuis cet état de présence, il développe une attention toute particulière envers les manifestations de vie du massé (verbales, non verbales : tressaillements, sursauts, réflexes nerveux automatiques, soupirs, respirations, chair de poule, etc) sans attente, ni jugement. Il est dans l'accueil et il pourra accompagner, soutenir, adapter à partir de ce qui s'exprime. Cette attitude d'accueil du praticien permet au massé d'être pleinement lui-même et d'entrer aussi dans une écoute corporelle propre et connectée à son ressenti.

3. Les personnes massées

Elles peuvent si elles le souhaitent, s'approprier le massage, dans le cadre posé par le.la praticien.ne, par la liberté de :

- Tenue vestimentaire,
- Position d'installation,
- Ambiance sonore,
- Mouvements pendant le massage
- ...

4. Les valeurs du Massage Ajusté®

- Qualité de présence du.de la praticien.ne,
- Écoute active et profonde (verbale et non verbale),
- Attitude bienveillante et non jugeante,
- Adaptation aux massés et aux situations individuelles,
- Réorientation lorsque nécessaire vers un autre praticien,
- Maîtrise des techniques de massages et développement de la qualité du toucher.