DIPLOMA DI ALTA FORMAZIONE IN TRAINER DEL BENESSERE - 600 h (Mod M 03)

Il Diploma di alta formazione in Trainer del benessere è una formazione delineata nella dalla Norma Uni 11713:2018 denominata anche **PROFESSIONISTA DEL BENESSERE PSICOFISICO MEDIANTE IL MASSAGGIO BIO-NATURALE**.

Per poter ottenere questo titolo a norma di legge, il Centro Studi Mama Terra propone materie e monte ore, didattica, criteri di valutazione e deontologia professionale adeguati.

L'attestato si compone di 600 ore così divise:

Competenze	Requisiti minimi	Note
Titolo di studio	Diploma di scuola secondaria superiore	Sono accettati tutti i titoli, corsi e diplomi riconosciuti equipollenti a quelli italiani, ai sensi delle vigenti disposizioni di legge
Percorso di formazione	<p>Percorso formativo di minimo 600 ore, di cui almeno 340 ore di pratica a lettino.</p> <p>- almeno 120 ore: accoglienza, analisi dell'esigenza, attivazione stati interni, linguaggio del benessere e feed back fenomenologico;</p> <p>- massimo 80 h di tirocinio attivo con le persone (max 30%).</p>	<p>Nelle lezioni teorico/pratiche si apprendono le manualità, le manovre e i protocolli. Erbe e oli da massaggio di erboristeria naturopatica e erbe sarde, manualità, pressione, postura, respiro e interazione con il ricevente.</p> <p>- Lezioni teorico/pratiche per acquisire competenze valutative e di relazione: crescita personale, relazione d'aiuto, coaching evolutivo, comunicazione empatica, problem solving, meditazione, movimento corporeo e postura, deontologia, etica e marketing.</p> <p>Il tirocinio con le persone, in presenza dei formatori e delle formatrici o registrato attraverso le apposite schede tirocinio, deve essere visionato e approvato dalla commissione d'esame.</p>

Esame	In presenza della commissione. I commissari devono essere nominati tra gli istruttori del Centro studi MT.	<ul style="list-style-type: none"> - Esame teorico e pratico conoscitivo basato sullo schema ottimale di competenze del professionista del benessere psicofisico - Lavoro sullo stato - Primo contatto e valutazione delle esigenze del ricevente - Massaggio, manualità, pressione, postura, interazione con il ricevente
Criteri di valutazione	I criteri di valutazione sono distribuiti nelle 3 aree specifiche di: <ul style="list-style-type: none"> - Conoscenze - Abilità - Competenze (vedi tabella)	

Le 300 h si possono acquisire mediante almeno 4 dei seguenti protocolli di massaggio:

- Massaggio Svedese e basi per massaggiatore olistico
- Massaggio Sportivo-Decontratturante
- Massaggio Linfatico (Base, Dragonetti e Degorè)
- Massaggio Miofasciale
- Massaggio Californiano ad approccio psicosomatico

Alcune di queste lezioni possono essere sostituite o integrate con i numerosi monografici proposti dalla Scuola: Massaggio Bioenergetico dolce per la gestante e il neonato, e tanti altri...

Le 600 h si possono acquisire in un anno, o in più anni, secondo il piano di studio prescelto dal/dalla corsista, mediante l'acquisizione dei seguenti 16 attestati, completi di materiali in piattaforma e tirocinio attivo:

- Basi del pensiero olistico e medicine costituzionali Metodo MamaTerra
- Anatomia palpatoria
- Erboristeria per il massaggio olistico e aromaterapia
- Lavoro sullo stato, meditazione, ascolto attivo, rapport, relazione d'aiuto, analisi e valutazione delle esigenze del ricevente, feed back
- Massaggio Svedese
- Massaggio Sportivo-Decontratturante
- Office massage
- Massaggio decontratturante profondo
- Ginnastica propriocettiva e stretching
- Massaggio Linfatico base
- Massaggio metodo Dragonetti (fragilità venosa)
- Massaggio metodo Degorè (anticellulite profondo)

- Massaggio sensitivo Californiano ad approccio psicosomatico
- Tape neuromuscolare e linfatico
- Massaggio Bioenergetico dolce per la gestante e il neonato

L'Esame permetterà al corsista di ottenere il Diploma di alta formazione in Trainer del Benessere rilasciato da Csen/Coni e riconosciuto dallo Stato.

SCHEDA DIDATTICA DI VALUTAZIONE DELLE CONOSCENZE, ABILITÀ E COMPETENZE
Conforme alla norma Uni 11713 relativa alla Figura del Trainer del benessere detta anche
Professionista del benessere psicofisico mediante il massaggio bionaturale

CONOSCENZE	ABILITÀ	COMPETENZE
<ul style="list-style-type: none"> - Primo contatto, comunicazione e ascolto attivo, rapport con il ricevente, - Nozioni di igiene e setting - Conoscenza delle manualità e dei protocolli di massaggio bio-naturale - Elementi di coaching, di empowerment, di sviluppo personale <p>Strategie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aromaterapia e oli essenziali - Erboristeria per il massaggio: oleoliti, oli essenziali, oli da massaggio, unguenti, creme - Tecniche di meditazione e visualizzazione - Aromaterapia <p>AREA DELLE CONOSCENZE SCIENTIFICHE DI BASE</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anatomia esperienziale e anatomia palpatoria: apparato muscoloscheletrico e biomeccanica; 	<ul style="list-style-type: none"> - Tecniche di colloquio e Counseling per focalizzare le esigenze del ricevente - Saper applicare metodiche per la compilazione del Consenso informato e per la compilazione delle schede tecniche del cliente. - Lavoro sullo stato del ricevente, attraverso tecniche verbali e non verbali, meditazione, respirazione, etc - Saper entrare in rapport con il ricevente - Saper lavorare sul proprio stato - Saper effettuare un intervento di massaggio bionaturale <p>Saper individuare il massaggio bionaturale più idoneo alle esigenze e aspettative della persona</p> <ul style="list-style-type: none"> - Saper utilizzare suoni e parole in sinergia con l'obiettivo delle manualità - Saper illustrare le manualità le finalità dell'incontro - Saper individuare i criteri di soddisfazione del cliente 	<ul style="list-style-type: none"> - Essere in grado di accogliere e assistere il ricevente, in autonomia - Essere in grado di effettuare, in autonomia, l'analisi della domanda del cliente - Essere in grado di valutare, in autonomia, la pertinenza della presa in carico, ed eventualmente inviare il ricevente ad un altro professionista - Saper identificare, in autonomia, la tipologia di intervento sulla base delle esigenze e aspettative e dei criteri di soddisfazioni identificati, e delle caratteristiche del cliente - Essere in grado di predisporre, in autonomia, l'intervento personalizzato, analizzando le esigenze e delle aspettative del ricevente - Saper attivare stati psicofisici idonei nel professionista e nel cliente attraverso l'utilizzo delle pertinenti tecniche verbali e non verbali - Essere in grado di individuare e personalizzare, in autonomia, il massaggio bionaturale più adeguato alle esigenze specifiche della persona - Saper utilizzare metodiche naturali

<p>- Fisiologia: fisiologia degli apparati, in particolare il sistema linfatico, il sistema cardiovascolare e il circolo venoso, l'apparato digerente e la pelle.</p> <p>AREA DELLE CONOSCENZE COMPLEMENTARI</p> <p>- Deontologia e etica della professione</p> <p>- Codice etico e deontologico Del Centro studi MT</p> <p>- Legislazione applicabile, elementi base di contabilità e fiscalità</p> <p>- Elementi base di marketing</p> <p>- Sapersi orientare fra le leggi, le norme e la deontologia che regolano i confini e le modalità di attuazione della disciplina.</p> <p>- Conoscenze base di primo soccorso</p> <p>- Conoscenze di base riguardanti monitoraggio e valutazione risultati</p> <p>- Elementi di salute e sicurezza sul lavoro</p> <p>- Conoscenza dei limiti dell'attività professionale nel rispetto delle attività regolamentate e non (Estetista, Fisioterapista, etc)</p> <p>- Conoscenza della normativa rispetto al trattamento dei dati personali (privacy).</p>	<p>- Saper individuare sinergie e sovrapposizioni con altre figure professionali.</p> <p>Protocolli:</p> <p>- Massaggio Svedese</p> <p>- Massaggio linfodrenante (Base, Dragonetti, Degorè)</p> <p>- Massaggio sportivo-decontratturante</p> <p>- Massaggio decontratturante profondo sulla fascia</p> <p>- Neuromodulazione auricolare e massaggio auricolare con stimolazione vagale</p> <p>- Massaggio Californiano</p> <p>- Massaggio del neonato</p> <p>- Tape neuromuscolare</p> <p>- Tape linfatico</p> <p>CONDURRE TRATTAMENTI:</p> <p>- Trattamenti manuali specifici, che stimolano le capacità reattive della persona: trattamenti manuali, bioenergetici, riequilibrio energetico, rilassanti, di stimolazione cognitiva, di potenziamento, respirazione, meditazione e rilassamento.</p> <p>- Saper dare consigli per l'autocura e l'autotrattamento.</p> <p>- Saper individuare e personalizzare il trattamento per lo specifico ricevente.</p> <p>- Saper integrare diverse manualità e connettere i diversi protocolli sulla base delle specifiche esigenze.</p> <p>- Individuare eventuali conflitti con altri rimedi, trattamenti o situazioni di vita.</p> <p>- Utilizzare metodi e strumenti tipici della professione.</p>	<p>ed energetiche, per stimolare le risorse vitali della persona</p> <p>- Essere in grado di modificare il massaggio in base ai feedback del cliente</p> <p>- Essere in grado di intervenire con tecniche di primo soccorso in caso di malore/infortunio del cliente</p> <p>- Essere in grado di promuovere il benessere della persona, per quanto attiene la figura del professionista del benessere psicofisico tramite il massaggio bionaturale</p> <p>FARE PREVENZIONE, EDUCAZIONE E FORMAZIONE:</p> <p>- Attuare interventi rivolti ad accrescere il proprio senso di responsabilità, la conoscenza di sé e la capacità di autogestione nell'ambito personale, collettivo e ambientale: conoscere e amministrare il proprio equilibrio sistemico, assumere un comportamento funzionale, uno stile alimentare naturale, igienico, saper individuale l'esercizio fisico più adatto alla propria persona;</p> <p>- essere in possesso di un'adeguata informazione sugli impatti ambientali, inquinamento, sostanze nocive per la salute, ecc.; contribuire allo sviluppo sostenibile e al mantenimento dell'ecosistema.</p>
	<p>ABILITÀ PRATICHE NEI TRATTAMENTI:</p> <p>- Centratura e presenza;</p> <p>- Corretta postura e esecuzione delle</p>	<p>COLLABORARE, INDIRIZZARE E LAVORARE IN TEAM:</p> <p>a) Interfacciarsi con le altre</p>

	<p>manovre;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fluidità delle manovre secondo il protocollo; - adattamento della pressione e della tipologia delle tecniche manuali in base all'esigenza del ricevente. - utilizzo sinergico e incrociato dei vari protocolli sulla bene del riconoscimento delle esigenze del ricevente. 	<p>professioni d'aiuto e del benessere, regolamentate e non, avvalendosi delle conoscenze scientifiche necessarie per il lavoro in team, il dialogo scientifico e il lavoro in clima di reciproco rispetto.</p> <p>b) Individuare eventuali sinergie con altri professionisti della salute</p>
--	--	---

Per la candidatura all'esame di Trainer del benessere / Professionista del benessere psicofisico mediante il massaggio bionaturale:

- Compilare e inviare il [modulo di candidatura](#) alla mail info@mamaterra.it
- Versare la quota sociale comprendente l'esame, l'attestato e la visione monte ore completa di tutto il percorso realizzato dal corsista
- La data dell'esame si svolgerà entro e non oltre il 1° ottobre. Verifica il [calendario esami](#).

Per chiarimenti e delucidazioni sull'esame e per [l'iscrizione](#), si contatti la direzione: info@mamaterra.it