

# MASSAGE DANS LES ÉCOLES

## ÎLE DE LA RÉUNION



Le programme de massage dans les écoles est un outil facile, rapide et efficace pour améliorer la qualité de vie de l'enfant à l'école



# Sommaire

1.MISA FRANCE.....	2
1.1.Son origine.....	3
1.2.Instructrice à l'île de La Réunion.....	3
2.LE PROGRAMME MISP.....	5
2.1.Cadre.....	5
2.2.Les étapes.....	5
3.ÉLÉMENTS COMPLÉMENTAIRES.....	6
4.LES ANNEXES.....	14
4.1.Demande d'autorisation pour les parents.....	14
4.2.Tableaux d'observation (pour les enseignants qui le souhaitent).....	15

## 1. MISA FRANCE

L'Association Française de Massage à L'École (AFME) a été créée en septembre 2007, suite à la première formation d'institutrices dispensée en mai 2007 par Sylvie Héту (Québec), fondatrice du programme de massage dans les écoles au niveau international.

Elle a pour objet de permettre aux enfants de 4 à 12 ans de vivre, à l'école, des expériences de toucher sain et nourrissant dans un cadre sécurisant.



L'association est affiliée à *Massage In Schools Association* (MISA International)<sup>1</sup>. Elle a aussi pour objet d'offrir à tous les enseignants et adultes bienveillants une formation de grande qualité par des professionnels certifiés par la MISA (*Massage in Schools Association*) afin d'instaurer le toucher sain et nourrissant dans toutes les structures accueillant des enfants de 4 à 12 ans.

Les membres de l'association s'engagent à un code de déontologie pour promouvoir le toucher sain et nourrissant suivant le principe fondamental du respect de la personne, de sa culture et de ses croyances.

En 2014, l'Association Française de Massage à l'École, forte de plus de 200 adhérents, devient MISA-France<sup>2</sup>.



le respect à portée de main  
hands-on respect

1 Site web : <http://www.massageinschools.com/>

## 1.1. Son origine



Mia ELMSÄTER

En 1999, Mia Elmsäter et Sylvie Hétu, issues du monde de l'éducation, instaurent un programme de massage, le MISP (*Massage In Schools Programme*), qui s'adresse aux élèves de 4 à 12 ans. Ce programme est d'abord mis en application dans les écoles du Royaume-Uni, où il obtient un franc succès.

Aujourd'hui, il est pratiqué dans plus de 1300 écoles dans le monde. Des instructeurs sont formés dans une vingtaine de pays, dont



Sylvie HÉTU

le Canada, la Suède, la France, la Belgique, le Portugal, l'Irlande, la Suisse, le Japon, l'Argentine, la Nouvelle-Zélande, Singapour.

## 1.2. Instructrice à l'île de La Réunion

Karen CHANE THO WOR

« Un des éléments de mon questionnement aujourd'hui se situe autour du Toucher et de son impact dans la vie au quotidien, et dans son inspiration créative. Le Toucher propose un rapport à soi et à l'autre qui transcende la vie de tous les jours. »

Travaillant depuis 10 ans dans le domaine du bien-être, j'ai tout d'abord débuté avec le Massage assis, grâce aux enseignements de Tony NEUMAN. La découverte de cette technique, mais aussi et surtout la rencontre avec Tony, m'ont permis de prendre conscience de ma passion pour le Toucher structuré, que timidement je n'osais approcher.



Karen CHANE  
THO WOR

Puis très vite, la grande aventure a démarré. Après avoir créé mon entreprise en 2004, j'ai fait mes premiers pas avec le massage assis que je pratiquais dans les entreprises. Rapidement, à la demande de ma clientèle qui souhaitait des prestations plus longues, je décide de me former durant 2 ans auprès du Collège de Naturopathie André Lafon, à La Réunion. J'y apprend la réflexologie plantaire, le shiatsu et le massage thaï.

En 2006, j'entreprends un voyage en Inde. Je suis formée au massage ayurvédique à Rishikesh et au massage tibétain à Dharamsala. En 2007, durant un voyage en Thaïlande, j'apprends et pratique la méditation au temple Doi Suthep, à Chiang Mai.

En 2009, je valide un diplôme universitaire en Écoute Structurée et Gestion des conflits,

---

2 Site web : <http://www.misa-france.fr/>

persuadée que cette approche est un complément dans mon approche du Toucher.

En 2013, nous créons, avec mes collègues, l'association Relax & Compagnie. Située au Parc du Colosse à Saint-André, l'association se donne comme mission la réalisation de réunions d'information, de suivis personnalisés, de prestations de bien-être, des stages et des formations à la demande des particuliers, des entreprises, de la collectivité et de toute autre structure et toute activité compatible avec le thème du bien-être.

En 2015, maman d'une fille de 4 ans, je m'intéresse au massage pour les enfants, et constate la facilité d'apprentissage de mon enfant, ainsi que les répercussions positives sur elle. Je décide de participer à la formation MISP à Paris, avec la chance d'avoir été formée par Sylvie HÉTU, co-fondatrice du programme MISP.



## 2. LE PROGRAMME MISP

### 2.1. Cadre

Le programme massage école s'adresse aux enfants de **4 à 12 ans**. Il consiste en un enchaînement de **15 mouvements de massage simples et ludiques**. L'apprentissage de ce programme se décompose en **5 séances de 30 min**.

A chaque séance, les enfants se demandent entre eux **la permission de se masser** et se **remercient**. Les enfants restent **habillés**. Le massage ne nécessite pas de tenue particulière. **L'enseignant** est présent, et **assure l'autorité de la classe**.

Le lieu d'apprentissage reste la **salle de classe**, afin de garder les habitudes de l'enfant, et d'instaurer un « rituel » dans la classe, l'objectif étant que **l'enseignant réitère le programme** avec ces mêmes élèves suite aux 5 séances, cela au **rythme de son gré** (quotidiennement reste l'idéal). L'enchaînement total s'effectue en une **dizaine de minutes**.



L'instructeur MISp ne masse pas les enfants. Il enseigne en **mimant les mouvements**, et peut en faire la démonstration sur l'enseignant si celui-ci accepte.

À chaque séance, les enfants apprendront **3 nouveaux mouvements** et **répéteront les mouvements déjà appris**. Ils seront regroupés par binôme (donneur/receveur) et alterneront les rôles.

Si un enfant **ne souhaite pas être massé**, ou que **ses parents n'ont pas donné leur autorisation**, il reste dans la classe et **observe**.

### 2.2. Les étapes

1. Rencontre avec l'enseignant, visite de la salle de classe
2. Mise en place du planning, comprenant 1 intervention de 30 min par semaine (si possible le même jour) et remise du tableau d'observation si l'enseignant le souhaite (voir annexes) afin de contribuer à la prise de conscience générale des effets positifs que le programme de massage apporte aux enfants.
3. Demande d' autorisation signée des parents qui acceptent que leur enfant reçoive les cours de massage
4. Avant l'intervention de l'instructeur MISp, l'enseignant aura au préalable constitué les « binômes » des enfants.

5. Séance de l'instructeur MISP, l'enseignant est présent et est invité à coopérer. Les enfants se demandent mutuellement la permission de se masser et se remercient à la fin de la séance. l'instructeur MISP laisse un support de cours des nouveaux mouvements appris.
6. Après chaque intervention, l'enseignant reprend quotidiennement les mouvements appris jusqu'à la nouvelle séance. L'instructeur laisse à chaque séance des supports (schéma des mouvements) qui resteront collés au mur de la classe pour que les enfants puissent les mémoriser.
7. A la 5e séance, enchaînement du programme en entier.

### 3. ÉLÉMENTS COMPLÉMENTAIRES

#### **Le respect**

Le respect est une notion fondamentale dans l'exercice du programme de massage dans les écoles. Cette notion de respect sera développée de plusieurs façons.

- **L'enfant doit être respecté dans l'apprentissage de sa routine et doit apprendre selon son rythme. Aucune pression à réussir ne sera exercée.**
- **L'enfant a le droit de dire « non ». L'enfant qui refuse le message devra autant que possible rester assis pendant que l'activité a lieu. L'enfant doit être en mesure de voir les autres enfants pratiquant le massage.**
- **L'enfant est invité à exprimer ses préférences quant aux mouvements qui composent le massage. Il peut dire ce qu'il aime ou n'aime pas, il peut également émettre des commentaires sur la pression exercée ou sur le rythme du massage.**
- **Les enfants qui se donnent le massage peuvent se demander si le massage leur convient et s'ils le trouvent agréable.**
- **L'enfant demande la permission avant de commencer sa routine de massage. Il doit toujours demander la permission avant d'entreprendre un exercice de toucher qui se fait dans la journée.**
- **On demande à l'enfant qui donne le massage de remercier l'enfant qui reçoit le massage.**

# Toucher et développement

## Besoin élémentaire du toucher

Le besoin élémentaire du toucher est biologique. D'après les recherches, dès la septième semaine de la grossesse, le bébé réagit au toucher. D'un point de vue biologique, le toucher est le premier sens qui se développe et le sens le plus fondamental. Il est le premier sens à se développer dans l'utérus, et c'est le dernier que nous perdons, à la fin de notre vie.

Nouveau-nés et enfants découvrent le monde par le toucher. Ashley Montague, auteure du livre *La Peau et le Toucher, un premier langage*, déclare que, sans le sens du toucher, les êtres humains ne pourraient survivre.

Le besoin d'être reconnu est important pour tous, et particulièrement pour les enfants. Cette reconnaissance renforce l'image que nous avons de nous-mêmes, de qui nous sommes. De toute évidence, être touché est une des meilleures façons de se sentir reconnu; à la naissance, le toucher aide à favoriser le développement du lien d'attachement, et plus tard, valorise notre sens du « moi ».

Chez les enfants, le développement et la perception du schéma corporel sont également importants. Il est nécessaire que l'enfant se développe physiquement, émotionnellement et mentalement. Le mouvement et le toucher sont essentiels dans l'entièreté de ce processus. Si nous observons attentivement l'enfant, nous nous apercevons qu'il intègre constamment le toucher et le mouvement dans ses activités. Voilà pourquoi, entre autres, nous croyons que le programme de massage dans les écoles devrait éventuellement faire partie de toutes les méthodes pédagogiques et de tous les programmes scolaires. Des études démontrent que l'enfant est d'abord et avant tout un apprenant kinesthésique jusqu'à 12 ans environ. En tant qu'adultes responsables de l'éducation et du bien-être des enfants, il est de notre devoir de développer des initiatives, d'entreprendre des démarches et de prendre des mesures consciencieuses afin que le toucher et le respect du corps deviennent partie intégrante de tous les aspects de l'apprentissage et des communications.

## Perception par le toucher

Le massage améliore la perception par le toucher. Notre capacité de percevoir est bonifiée par le toucher. Par exemple, en serrant simplement la main de quelqu'un, nous apprenons quelque chose sur cette personne.

Des études démontrent que la personne qui donne le massage en retire également des bienfaits. Dans le cadre d'un programme de massage dans les écoles, nous améliorons le développement de l'enfant, qu'il donne le message, qu'il le reçoive, ou qu'il soit simplement témoin des autres se donnant un massage.

Notre sens du toucher est primordial dans la découverte du monde en général. Pensons seulement à tout ce que nous voulons toucher lorsque nous regardons ! Notre quotidien regorge de mots liés à notre sens du toucher. Formes, textures, dureté, douceur, chaleur, froideur, etc. évoquent le toucher même sans toucher ! Si l'enfant apprend à développer son sens du toucher, il aura une meilleure compréhension des êtres humains et développera des liens plus solides avec le monde qui l'entoure.



# L'ocytocine

« Le massage a été longtemps considéré comme un plaisir plutôt qu'une thérapie ayant des effets à long terme. Grâce à de nouvelles recherches maintenant disponibles, nous commençons à entrevoir les bienfaits médicaux du toucher. Celui-ci est un de nos besoins élémentaires. Des expériences ont montré que les humains et les animaux développent très graduellement le sens du toucher, et peuvent même mourir si le toucher est exempt de leur vie. Aujourd'hui, bon nombre d'études adhèrent à cette théorie. Le toucher est un facteur extrêmement important dans le développement normal du système nerveux. Le toucher a presque disparu de notre culture, tandis que la médecine est devenue de plus en plus instrumentale. » [traduction]

*Kerstin Uvnäs-Moberg*

Depuis de nombreuses années, Kerstin Uvnäs-Moberg, chercheuse à l'Institut Karolinska de Stockholm (Suède), mène des recherches sur l'un des éléments influencés par le toucher, l'ocytocine. Il semblerait que la sécrétion de cette hormone, aussi appelée hormone calmante et relaxante, entraîne la sensation apaisante que la plupart des personnes éprouvent lorsqu'ils se font doucement masser ou toucher avec sensibilité.

L'ocytocine a toujours été considérée comme l'hormone sécrétée lors du processus de la naissance d'un enfant et de l'allaitement au sein. En 1906, sir Henry Dale, chercheur anglais, découvre que l'hypophyse (la glande pituitaire) contient une substance qui aide les femmes à accoucher plus rapidement. Il nomme cette substance « ocytocine », qui dans la langue grecque signifie « naissance rapide ».

## Hormone et transmetteur

L'ocytocine est une substance circulant dans le sang et ayant différentes fonctions. Elle n'est pas seulement une hormone, mais agit également comme transmetteur, ou comme substance promouvant un signal entre les neurones du cerveau. Deux types d'ocytocine sont produits par l'hypothalamus. Le premier type, produit dans les cellules plus grandes, envoie l'ocytocine dans l'hypophyse qui ensuite se propage dans le sang et agit comme une hormone. L'ocytocine produite dans les cellules plus petites se dirige vers les autres parties du cerveau; elle agit comme transmetteur neurologique affectant le système autonome et les autres systèmes de régulation.

Il est donc possible que l'ocytocine et l'effet de bien-être qu'elle produit lors du toucher, soient la clé pouvant aider à diminuer l'anxiété, la dépression et les maladies engendrées par le stress.

## **Les effets de l'ocytocine**

Les chercheurs et les scientifiques ont trouvé plusieurs effets positifs d'ordre physique qui pourraient être liés directement à l'ocytocine. Cette hormone favoriserait le sommeil, équilibrerait la pression sanguine (en l'augmentant ou en la diminuant, selon les besoins), serait un relaxant, un analgésique, etc. Les recherches ont également démontré que des niveaux plus élevés d'ocytocine dans le sang augmentent la circulation sanguine.

Voici d'autres effets directs que pourrait avoir l'ocytocine dans le cadre du programme de massage dans les écoles.

- **Les enfants sont plus calmes.**
- **Les enfants sont plus attentifs.**
- **L'école est plus harmonieuse.**
- **Les enfants sont plus gentils.**
- **Les enfants sont moins agressifs.**
- **Les contacts sociaux sont meilleurs.**
- **Les actions sociales sont positives.**
- **Les enfants se concentrent mieux.**
- **Les enfants sont moins stressés.**

Le massage est non seulement bénéfique pour celui qui le reçoit, mais également pour celui qui le donne. Encore dernièrement, on croyait que les mains de la personne offrant un massage devenaient chaudes uniquement à cause de la friction inhérente aux manœuvres de massage. Bien que ce facteur contribue à l'échauffement, les chercheurs pensent maintenant que l'ocytocine joue un plus grand rôle que celui attribué de prime abord.. De fait, il a été établi que le niveau d'ocytocine dans le sang est plus élevé pour une personne qui donne un massage que pour une personne non impliquée, ce qui expliquerait en partie l'élévation de la température des mains de la personne offrant un massage. Plus de sang, plus de chaleur.

Le massage est important pour le système nerveux puisqu'il permet à celui-ci de s'activer en établissant de nombreuses connexions neurales. Un muscle qui ne sert pas s'atrophie. D'après des études comparatives, le cerveau d'un enfant qui a reçu des massages ou qui a été souvent touché est de 20 à 30 % plus développé que celui d'un autre enfant.

## **L'enfant stressé éprouve des difficultés à apprendre**

Des études antérieures sur des enfants autistes ont déjà donné lieu à des résultats très encourageants. Selon Kerstin Uvnäs-Moberg, il est toutefois difficile de mener de telles études à cause des règles strictes qui régissent les groupes témoins. Elle a noté que nous commençons à peine à comprendre que les réponses du système sensoriel se trouvent à de multiples niveaux ! De plus, il est à noter que les effets se poursuivent souvent pendant une longue période de temps après le massage.

En Suède, les enfants et les adolescents qualifiés d'« agressifs » et qui sont en garde fermée sont devenus plus calmes et moins agressifs lorsqu'ils participaient à un programme appelé « Le massage pour contrer la violence » [traduction] donné sous la supervision de massothérapeutes. Les résultats ont été positifs.

Le personnel des garderies a également constaté les effets du massage sur les enfants de 2 à 6 ans. Dans bon nombre de cas, le massage est donné pendant l'heure de la sieste ou du moment « calme » de la journée. Présentement, madame Uvnäs-Moberg mène une étude approfondie, avec groupes témoins, sur les effets du massage pour les enfants dans les garderies suédoises, et sur les différentes manifestations de l'ocytocine. À ce jour, les résultats de l'étude sont positifs.

## **L'organe vomérien**

On dit que l'ocytocine est « contagieuse ». Regarder une personne qui reçoit un massage ou se trouver dans la même pièce que des mères qui allaitent procure un effet calmant. Comment cela se fait-il ? Dans son livre *Lugn och beröring* (Calme et toucher), madame Uvnäs-Moberg suggère que l'ocytocine a probablement un « effet olfactif », que nous ressentons de manière inconsciente.

L'organe vomérien, situé dans la cloison des fosses nasales, n'est pas très bien connu. Celui-ci envoie des informations subtiles, qui ne peuvent être transmises par l'odorat. Ces informations nous font réagir plus que nous le pensons et l'organe vomérien enregistre l'information. Les nerfs qui assurent la distribution se dirigent vers le cerveau reptilien qui, entre autres, assure partiellement certaines fonctions du corps et du contrôle des émotions.

Même s'il faut examiner davantage cet effet, les données recueillies par madame Uvnäs-Moberg s'avèrent très importantes pour comprendre les bienfaits du massage. Selon ses observations, même si l'enfant ne désire pas recevoir ou donner de massage, il en retire quand même des bienfaits. Il importe de comprendre que lorsque les enfants se massent les uns les autres, cela peut produire un effet bénéfique sur l'observateur.

## **Le système nerveux parasympathique**

Le système nerveux parasympathique a des actions diamétralement opposées à celles du système nerveux sympathique. Il s'active lorsque nous sommes au repos et enclenche, entre autres, le renouvellement de nos réserves.

La stimulation du système nerveux parasympathique engendre la paix, le calme et la relaxation. Cet effet permet également aux manifestations du système nerveux sympathique de décroître. Un des rôles du système nerveux parasympathique est de mieux assimiler les vitamines et les minéraux, favorisant ainsi la création et la croissance de nouvelles cellules.

En voici les manifestations :

- **Les pupilles se dilatent.**
- **La salive devient moins abondante.**
- **Le cœur bat plus lentement.**
- **La pression sanguine s'abaisse.**
- **La respiration devient plus facile.**
- **Les sécrétions gastriques augmentent.**
- **Le système immunitaire se renforce.**
- **Les vaisseaux sanguins se dilatent.**

Le massage doux active le système nerveux parasympathique. D'après des études, si des enfants reçoivent des massages de 5 à 10 minutes chaque jour, ils seront mieux concentrés et pourront mieux gérer leurs activités quotidiennes. Il s'agit là d'une excellente raison pour promouvoir un programme de massage dans les écoles.

## **Sous stimulation/ Surstimulation**

Il faut prendre en considération un autre aspect du système nerveux : chaque sens stimule constamment le système nerveux, ce qui est à la fois bon et mauvais. Aujourd'hui, bon nombre d'enfants sont à la fois trop stimulés et ne le sont pas assez, ce qui engendre différents comportements indésirables. Les enfants peuvent souffrir entre autres de manque d'activité physique, de manque de contact humain et d'un trop grand nombre d'heures consacrées aux appareils électroniques. En outre, notre environnement, de façon générale, offre beaucoup de stimuli indésirables pour le corps et pour les sens. Nous croyons qu'un programme de massage dans les écoles pourrait apporter un équilibre à cet égard.

## Les études suédoises

Plusieurs études ont été menées en Suède depuis 1995 sur l'instauration des massages dans les écoles et les garderies. Des milliers d'enseignants, de gardiens et gardiennes d'enfants, d'éducateurs et éducatrices en garderie ont appris la façon d'intégrer le massage dans le système scolaire, y compris dans les classes de maternelle et de prématernelle et le réseau des garderies. Le massage faisant partie de la culture suédoise, il a été relativement facile de convaincre et de faire intervenir les décideurs pour la mise en place du massage au sein du système scolaire. Les parents ont également été très positifs et réceptifs et ont favorisé l'apport du massage dans le système scolaire.

Le personnel scolaire a suivi une formation et appris comment aborder l'enfant. Le massage a été intégré dans d'autres activités et inscrit régulièrement à l'horaire (souvent, tous les jours). L'enfant est devenu plus détendu, et le groupe a eu une meilleure interaction. Des études ont aussi démontré une amélioration des relations entre les enfants et le personnel.

### Des résultats positifs

Les études suédoises menées dans les garderies et les écoles ont démontré que les enfants étaient plus calmes si le massage était fait au cours de la première moitié de la journée. Ils sont même capables de mieux se concentrer. Les enfants qui semblent retirer les meilleurs avantages sont les garçons qui étaient les plus agressifs et manquaient d'un peu de maturité. D'après la conclusion des études, les garçons, seulement six mois après le début des massages, étaient plus mûrs et plus calmes que le groupe témoin de garçons qui n'avaient pas reçu de massage.

Le personnel a également constaté que certains enfants ont réagi au massage très rapidement, mais la plupart ont réagi positivement après trois mois. Après six mois, les enfants avaient sans aucun doute changé pour le mieux. Le changement n'a pas été seulement remarqué à l'école, mais également à la maison. Après neuf mois, après avoir procédé à un suivi, les effets étaient encore bénéfiques.

### Sagesse innée

Lorsqu'il est massé, l'enfant atteint souvent un état « de tranquillité et de calme », état souvent remarqué par les enseignants et mentionné dans les études. Cet état ressemble à une « bulle de sagesse innée »; l'enfant très actif auparavant était devenu plus calme. Fait intéressant, l'enfant qui était déjà calme n'est pas devenu plus calme ou indûment passif. Son état de tranquillité et de calme s'est simplement maintenu.

## 4. LES ANNEXES

### 4.1. Demande d'autorisation pour les parents

#### PROGRAMME MASSAGE ECOLE

La classe de votre enfant recevra à partir du ....., une **instructrice certifiée MISP** (*Massage In Schools Programme*) qui interviendra 1 fois par semaine, durant 5 semaines, pour enseigner un programme de massage appelé « routine » et constitué de 15 mouvements.

L'objectif de ce programme est d'**améliorer la qualité de vie de l'enfant à l'école** (exerce un effet calmant, diminue l'agressivité, améliore la concentration, développe l'empathie, favorise un meilleur apprentissage scolaire). Il fait partie du projet pédagogique de la classe et sera réitéré par l'enseignant, après l'intervention de l'instructeur MISP.

L'instructeur MISP, et par la suite l'enseignant, **ne masse pas les enfants** : il **mime les mouvements**. Le massage n'exige pas de tenue particulière et se **fait sur les vêtements**, en salle de classe. **Avant chaque massage**, votre enfant donnera à son camarade sa **permission d'être touché**, et **sera libre d'exprimer son ressenti** en précisant si les mouvements lui conviennent ou pas.

Si votre enfant ne souhaite pas participer, ou si vous ne voulez pas donner votre autorisation, votre enfant restera dans la classe et pourra observer le cours.

Si vous souhaitez des informations complémentaires sur ce programme, vous pouvez consulter le site internet : [www.misa-france.fr](http://www.misa-france.fr)

#### AUTORISATION

Les soussignés, Mme ..... et M .....,  
acceptent que leur l'enfant .....,  
participe au cours de massage école avec l'instructrice MISP dans sa classe  
et sous l'autorité de son enseignant(e)

Fait le ...../...../....., à.....

Signature Mère

Signature père

## 4.2. Tableaux d'observation (pour les enseignants qui le souhaitent)



### Tableau d'observation

Nom :	Âge :	Sexe :
Description de l'enfant :	Date :	
Pour cet enfant, quels sont les objectifs visés ?		
A quelle fréquence l'enfant reçoit-il un massage ?		
Description de l'enfant après avoir reçu un massage :		
Après deux semaines :	Date :	
Après six semaines :	Date :	
Après trois mois :	Date :	
Après cinq mois :	Date :	
Description des changements remarqués chez l'enfant depuis le début du programme de massage dans l'école :		
Description des changements remarqués dans la classe depuis le début du programme de massage dans l'école :		
Autres commentaires :		



## Directives servant à l'observation de la classe entière

Date : \_\_\_\_\_ Classe : \_\_\_\_\_

<b>Les enfants :</b>	Oui	Aucun changement
• Sont plus respectueux		
• Demandent la permission pour d'autres activités		
• Poussent moins les autres		
• Sont plus attentifs		
• Peuvent se concentrer pendant plus longtemps		
• Sont plus empathiques		
• Sont moins agressifs		
• Sont plus tolérants		
• Sont plus sensibles		

Les meilleurs moments pour remplir ce tableau sont :

- au début du programme de massage dans les écoles
- après deux semaines
- après six semaines
- après trois mois
- après cinq mois



## Contact MISP à la Réunion

Informations, Devis, Intervention en classe, Ateliers :

Karen CHANE THO WOR

06.92.54.68.08

[ammarelay@yahoo.fr](mailto:ammarelay@yahoo.fr)