

Descriptif de module

Domaine : Santé

Filière : Soins infirmiers

1. Intitulé du module : Gestes de détente

2025-2026

Code : S.SI.370.1/2/3527. F.25

Niveau : Module de base

Type de formation : Bachelor

Type : Module facultatif ou complémentaire

Caractéristique : ☐ Module obligatoire dont l'échec définitif entraîne l'exclusion définitive de la filière selon l'art. 32 du Règlement sur la formation de base (bachelor et master) en HES-SO du 2 juin 2020.

Organisation temporelle :

☐ Module sur 1 semestre

☒ Module sur 2 semestres

☒ Semestre d'automne

☒ Semestre de printemps

☐ Autre :

2. Organisation

Crédits ECTS : 3

Langue principale d'enseignement : Français

Autres compétences linguistiques : Anglais

Exigences liées à la fréquentation de la formation : L'étudiant.e argumente sa motivation de participation

3. Prérequis

☐ Avoir validé le module

☐ Avoir suivi le module

☒ Pas de prérequis

☐ Autre :

4. Compétences visées / objectifs généraux d'apprentissage

Rôles et compétences visées

A. Rôle d'Expert·e : Compétences ☐ Ab1 ☐ Ab2 ☐ Ab3 ☐ Ab4 ☐ Ab5 ☐ Ab6

B. Rôle de Communicatrice·eur : Compétences ☒ Bb1 ☐ Bb2 ☐ Bb3 ☒ Bb4

*En considérant les patient·es/client·es comme des partenaires (Bb1) ;

*En adaptant la communication à la situation des patient·es/client·es (Bb4)

C. Rôle de Collaborateur·rice : Compétences ☐ Cb1 ☐ Cb2 ☐ Cb3 ☐ Cb4

D. Rôle de Leader : Compétences ☐ Db1 ☐ Db2 ☐ Db3 ☐ Db4

E. Rôle de Promoteur·rice de la santé : Compétences ☐ Eb1 ☐ Eb2 ☒ Eb3 ☒ Eb4

*En soutenant les patient·es/client·es dans la gestion de leur santé (Eb3)

*En initiant des actions de promotion de la santé et de prévention (Eb4)

F. Rôle d'Apprenant·e et de formateur·rice : Compétences ☐ Fb1 ☐ Fb2 ☐ Fb3 ☐ Fb4

G. Rôle de Professionnel·le : Compétences ☐ Gb1 ☐ Gb2 ☐ Gb3 ☐ Gb4

Objectifs généraux d'apprentissage

- Approfondir et adapter les gestes de détente et de bien-être afin d'assurer leur pertinence, leur confort et leur sécurité auprès des patients
- Mettre en œuvre une pratique des gestes de détente respectueuse des critères de qualité, de scientificité, des principes éthiques et déontologiques liés à leur métier.
- Évaluer l'impact des gestes de détente sur le patient afin d'adapter leur pertinence et d'optimiser leur efficacité.
- Situer son expérience professionnelle face au toucher et à l'intimité, en utilisant une méthode d'analyse réflexive afin d'améliorer sa pratique.

Apprentissages critiques :

- Réaliser des gestes de détente sécuritaires, éthiques et pertinents, en intégrant une observation ciblée, afin d'offrir un soin personnalisé et ajusté, et d'en évaluer l'impact
- Mobiliser ses connaissances sur le Toucher et le massage de détente et leurs applications auprès de différentes populations, tout en faisant preuve d'une réflexion sur son expérience professionnelle afin d'améliorer ses pratiques.

5. Contenus et formes d'enseignement

Contenus

- Ateliers d'enseignement et de pratiques de gestes de détente sur différentes parties du corps
- Apports théoriques sur les effets des gestes de détente utilisés dans différents contextes de soins selon la littérature scientifique, sur la question de l'intimité et de la construction d'une distance professionnelle appropriée
- Analyses de situations en rapport avec le toucher, l'intimité, les gestes de détente, rencontrées en stage ou à l'Espace Détente et Bien-Être (EDBE)
- Pratique des gestes de détente en stage, à l'Espace Détente et dans des situations personnelles

Modalités pédagogiques

- | | | |
|---|---|---|
| ☐ Cours magistral | ☐ Séminaire | ☐ Projet |
| ☒ Atelier/laboratoire | ☐ Simulation | ☐ Formation pratique/stage |
| ☐ Modalité digitale | ☒ Autre (préciser) : Pratique à l'Espace Détente de HESAV | |

6. Modalités d'évaluation et de validation

- | | | |
|--|--------------------------------|--|
| ☐ Ecrit sur table | ☐ Oral | ☐ Pratique |
| ☐ Dossier | ☐ ECOS | ☒ Autre : Participation active aux cours et au moins trois fois à l'Espace Détente |
| ☐ | ☐ | |

Le module est validé si l'étudiant·e a pleinement participé à la formation pratique et s'il·elle est intervenu·e au moins quatre fois à l'Espace détente (entre 11h45 et 12h15). Dès lors, l'étudiant·e obtient la qualification Acquis.

Les modalités d'évaluation et d'attribution de la qualification sont précisées dans le syllabus. Les conditions de validation sont présentées aux étudiant.es au plus tard le jour de la présentation du module.

7. Modalités de remédiation et de répétition

- | | | |
|--------------------|--|---|
| Remédiation | ☒ Remédiation possible | ☐ Pas de remédiation |
| | ☐ Examen complémentaire | ☒ Travail additionnel |

Conformément à l'art. 29, al. 4 du Règlement sur la formation de base (Bachelor et Master) en HES-SO du 2 juin 2020, la note obtenue après remédiation est E en cas de réussite ou F en cas d'échec.

Répétition

Les modalités de répétition sont définies en tenant compte de la situation d'études de l'étudiant·e à la fin du semestre ou de l'année académique. Les activités d'enseignement d'apprentissage et d'évaluation peuvent être différentes pour un·e étudiant·e qui répète le module en présentiel ou pour celui ou celle qui le répète en poursuivant son cursus.

La répétition a lieu au plus tôt à la période d'examen suivant l'échec.

Conformément à l'art. 29, al. 6 du Règlement sur la formation de base (Bachelor et Master en HES-SO du 2 juin 2020, la note obtenue après répétition est A à E en cas de réussite ou F en cas d'échec. En cas d'échec, le module ne peut être répété qu'une fois.

8. Remarques

Étant complémentaire, le module octroie 3 crédits ECTS surnuméraires aux 180 ECTS de la formation en BSI.

9. Bibliographie principale

Croy, I., Sehlstedt, I., Wasling, H. B., Ackerley, R., & Olausson, H. (2019). *Gentle touch perception: From early childhood to adolescence*. *Dev Cogn Neurosci*, 35, 81-86. <https://doi.org/10.1016/j.dcn.2017.07.009>

Goldstein, P., Weissman-Fogel, I., Dumas, G., & Shamay-Tsoory, S. G. (2018). *Brain-to-brain coupling during handholding is associated with pain reduction*. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 115(11), E2528–E2537. <https://doi.org/10.1073/pnas.1703643115>

Packheiser, J., Hartmann, H., Fredriksen, K., Gazzola, V., Keysers, C., & Michon, F. (2024). *A systematic review and multivariate meta-analysis of the physical and mental health benefits of touch interventions*. *Nature human behaviour*, 8(6), 1088–1107. <https://doi.org/10.1038/s41562-024-01841-8>

Prayez, P. (2009, 2018). *Distance professionnelle et qualité du soin*. Lamarre Pritchard, T. C., & Alloway, K. D. (2002). *Neurosciences médicales : les bases neuroanatomiques et neurophysiologiques*. De Boeck Université.

Schaub, C., Von Gunten, A., & Morin, D. (2016). *Examen de la portée des connaissances sur les concepts du toucher et du massage et de leurs effets sur le stress des personnes âgées hospitalisées atteintes de démence*. *Recherche en soins infirmiers*, 126, 7-23.

Schaub, C., Von Gunten, A., Morin, D., Wild, P., Gomez, P., & Popp, J. (2018). *The Effects of Hand Massage on Stress and Agitation Among People with Dementia in a Hospital Setting: A Pilot Study*. *Appl Psychophysiol Biofeedback*. <https://doi.org/10.1007/s10484-018-9416-2>

Schaub, C. (2018). *Les effets apaisants du massage des mains*. *Santé mentale* (224), 64-69.

Schaub, C. (2024). Toucher. Dans A. Muller (Éd.), *80 concepts en santé* (pp. 241–243). Paris, France: Elsevier Masson.

10. Enseignant.es

Membres du PER (personnel d'enseignement et de recherche) de HESAV et chargé.es de cours selon expertise.

Responsable de module : Corinne Schaub

Descriptif validé le 09.09.2025, par La Doyenne, Gora Da Rocha

