

Formation praticien en Zen Shiatsu

Rentrée 2021-2022

Permettre de comprendre les bases de l'énergétique orientale et de savoir les appliquer à une pratique par le toucher visant au bien être de la personne. Savoir réaliser une séance et un suivi par le shiatsu en cabinet ou proposer des prestations en entreprise. Savoir répondre à la demande du client et connaître la limite de sa pratique.

A QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION :

Toute personne désireuse de mettre en place une activité professionnelle sérieuse de pratique de bien être par le toucher sur les bases de l'énergétique orientale.

Personnes en situation de handicap : nous contacter afin d'évaluer les possibilités d'adaptation.

PREREQUIS :

 aucun pré requis mais

- une formation complémentaire d'anatomie physiologie sera demandée en cours de formation (sauf pour les personnes issus des métiers du soin, déjà formés à l'anatomie physiologie dans leurs cursus initial, une liste de professions exemptée vous sera fournie sur demande),
- PSC1 ou équivalent reconnu.

Les frais engendrés pour obtenir le module d'anatomie physiologie et le PSC1 sont à la charge du stagiaire, ne sont pas comptabilisés dans les heures de formation et le tarif de la formation. Des équivalences aux PSC1 ou l'anatomie physiologie sont acceptés, la liste des diplômes reconnus vous sera communiquée sur demande ou en début de formation et acceptée contre copie du diplôme concerné fourni par l'apprenant.

DUREE ET DEROULE DE LA FORMATION :

Durée : 520 h minimum réparties sur 3 ans

La formation dans l'école s'articule en 2 blocs de formation principaux

Bloc 1 : accueillir le client pour l'élaboration d'un protocole personnalisé : 160 h

Bloc 2 : Assurer une prestation de shiatsu auprès d'un client (360h)

Un bloc 3 de 28h pourra être proposé par le SPS pour affiner l'installation et la communication liée, ceci pour l'obtention du titre RNCP de niveau 5 de Spécialiste en shiatsu si celui-ci est reconduit par France Compétence (en cours de renouvellement).

Déroulé : chacune des 3 années est composées ainsi :

9 W.e de pratique à Lyon dans un dojo dédié aux arts martiaux , de septembre à Mai

+ 4 jours d'affilé en juin

+ 16 cours de 2h de théorie en visio organisées en soirée au rythme moyen de 2 visio par mois de septembre en juin

+ minimum 2h d'entretien individuel en visio par an

SANCTION DE LA FORMATION :

Si ce titre RNCP n'était pas reconduit alors la formation serait sanctionnée par une Attestation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action et les résultats de l'évaluation des acquis de la formation.

MODALITES D'ADMISSION :

- Ne présenter aucune contre indication à la pratique du shiatsu
- Lettre de motivation exprimant clairement son projet professionnel
- Entretien avec un membre l'équipe pédagogique
- Approuver et signer le règlement intérieur de l'école
- Etre conscient du travail personnel à fournir entre 2 w.e de formation pour intégrer les pratiques de shiatsu

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES :

- Savoir prendre en charge un client depuis la prise de rendez vous
- Savoir élaborer une fiche client de base et de suivi
- Savoir communiquer sur les prestations possibles et sur la pratique du shiatsu en général
- Savoir organiser et réaliser une séance de shiatsu en relation avec la demande du client et du bilan réalisé en amont
- Savoir être à l'écoute du client sans émettre de jugement
- Savoir informer des éventuels effets secondaires
- Savoir prodiguer des conseils d'hygiène de vie simples et cohérents
- Connaître et appliquer les contre indications au shiatsu
- Savoir organiser un suivi sur plusieurs séances
- Savoir reconnaître les limites de sa pratique et réorienter le client si nécessaire
- Connaître les bases de l'énergétique orientale
- Savoir adopter une posture, une tenue vestimentaire et une attitude adaptée
- Savoir appliquer les réglementations sanitaires en vigueur
- Connaître les organismes clés de la profession (fédération, syndicat...)

COMPETENCES VISEES :

- **Apporter les connaissances afin d'effectuer la prise en charge du client avant la séance:**
 - savoir communiquer et créer un climat de confiance
 - Demander le motif de consulter
 - Enoncer les principes du shiatsu, prérogatives sanitaires
 - Préciser l'heure, lieu, durée de rdv et tenue adaptée.
 - Savoir détecter les clients « pervers » afin d'éviter les mises en danger du praticien
 - Répondre aux questions éventuelles
 - savoir mener une prise de rendez vous
- **Apporter les connaissances afin de préparer la séance :**

- Savoir préparer et adapter son espace de travail :
- Connaitre et avoir le matériel adapté
- Avoir un espace accueillant et chaleureux
- Connaitre, appliquer et faire appliquer au client les mesures sanitaires en vigueur
- Entretien et hygiène du cabinet
- **Apporter les connaissances afin de recevoir le client :**
- Avoir une tenue propre et adaptée
- Savoir se présenter
- Savoir mener et guider l'échange verbal
- Faire preuve d'écoute active et de non jugement
- Interroger le client afin d'appliquer des précautions et postures cohérentes lors du shiatsu
- Créer une fiche client de base et de suivi si nécessaire
- Etre à même de prodiguer quelques conseils d'hygiène de vie de base selon les grandes règles du « plan d'alimentation national »
- Savoir pratiquer les observations par le bo shin (obs posture, teint, démarche...), Bun Shin (audition, odeurs), Mun Shin (interrogatoire historique et évolution des symptômes)
- Etablir son plan de séance
- Proposer un protocole en lien avec la demande du client, les problématiques identifiées, les observations faites
- Recueillir le consentement du client,
- **Apporter les connaissances afin de pratiquer une séance de shiatsu cohérente:**
- Installer le client dans une posture adaptée à ses problématiques et sa morphologie
- Effectuer la mise en place et le premier contact par un toucher rassurant
- Effectuer un temps de centrage
- Effectuer un Bilan énergétique par Ampuku (bilan palpation zones du ventre) ou par Haikoshin (idem mais zone du dos)
- Organiser sa séance en fonctions de tous les éléments récoltés à l'étape précédente et lors du bilan énergétique tout en tenant compte de sa demande, de ses problématiques et fragilités
- Connaitre les bases de l'énergétique orientale (Tao, tous les méridiens, points sur les méridiens, notions de kyo/jitsu....) et les appliquer à la pratique du shiatsu
- Savoir adapter son matériel, poste de travail, ses postures, à la morphologie du client
- Savoir trouver et traiter les déséquilibres énergétiques identifiés dans la mesure du possible et le respect des limites de chacun
- Savoir traiter les points de tensions
- Se préoccuper du bien être du client durant la séance en lui posant des questions, proposer d'être plus couvert...
- Clôturer la séance de pratique du shiatsu
- **Fin de séance :**
- Recueillir le ressenti du client et répondre à ses interrogations
- Effectuer un compte rendu
- Prévenir d'éventuels effets secondaires possibles (courbatures...)
- Orienter vers un professionnel de santé si nécessaire
- Dispenser des conseils de vie de base et des étirements adaptés et complémentaires
- Organiser un plan de suivi si nécessaire

- Etablir une première fiche de contact du receveur
- **Apporter les connaissances afin d'effectuer un suivi :**
- Mettre à jour la fiche client
- Demander s'il y a eu des effets secondaires dans les jours suivant la précédente séance
- Identifier sa nouvelle demande
- Refaire les observations Bo Shin ... et les comparer aux précédentes
- Pratiquer une nouvelle séance en commençant par un bilan énergétique

CONTENU DE FORMATION :

Année 1 :

Généralités :

Présentation de l'équipe pédagogique et des exigences de travail personnel hors cours de formation
Présentation, aspect, tenue du futur praticien.

Apprendre à organiser son espace de travail, le matériel nécessaire, les normes d'hygiène et de sécurité.

L'utilisation du matériel.

La prise en charge du client avant la séance en appliquant avec leur « bénévoles » sur qui ils vont s'entraîner à réviser leur pratique de shiatsu. (prise de rdv, mise en confiance, énoncer les principes du shiatsu, préciser la durée maximum, la tenue à porter, les mesures d'hygiène, le déroulement de la séance, vérifier s'il n'y a pas de contre indications, poser les limites, répondre aux éventuelles questions...)

Rédiger des comptes rendus.

Pratique du shiatsu :

Apprentissage du travail de base du toucher shiatsu, des postures et du souffle.

Apprendre à se centrer.

Apprendre à travailler les 4 katas de bases en posture juste : décubitus dorsal, ventral, côté, assis.

Dans ces 4 katas, apprendre à toucher et détendre les différentes zones du corps : tête, nuque, do, s hanches, jambes, bras, thorax, ventre...en donnant et recevant les pratique.

Apprendre les exercices d'assouplissements de base ainsi que les étirements.

Apprendre les appuis par empaulements, pouce sur pouce, à un seul pouce.

Apprendre à observer et prendre soin de son client.

Commencer un travail de méridien, repérage des kyo / jitsu, de connexion aux éléments.

Théorie : le Tao/ le Hara/ le Ki/ le Yin et le yang/ les méridiens yin/ les méridiens yang/ horloge circadienne/ midi-minuit circulation dans les méridiens/tableau des 5 éléments/cycle d'engendrement et de contrôle/ points shu- mu source.../ Eléments eau- bois-métal-terre-feu
Evaluations théoriques régulières, de pratique 2 fois par an.

Autre :

Compte rendu, bilan et organisation du travail personnel tous les 2 mois.

Entretiens individuels 2 fois par an et questionnaire de satisfaction.

Apporter les connaissances afin_de faire une observation critique de son travail et trouver des solutions d'amélioration en concertation avec ses enseignants.

Apporter les connaissances afin_de prendre en compte les retours de ses receveurs bénévoles et de ses enseignants.

Rédiger une partie du rapport professionnel.

Année 2 :

Généralités :

Affiner sa fiche client au fil de son expérience ainsi que ses comptes rendu et l'organisation d'un suivit

Interroger le receveur en fonction des mesures de précautions à prendre en shiatsu

Apprendre les grandes lignes de base d'une hygiène de vie saine et les grandes règle du plan national de l'alimentation »

Pratique du shiatsu :

Augmenter sa capacité de centrage avant et pendant la séance, d'adapter la force de ses appuis et les techniques de toucher.

Apprendre à travailler au coude.

Expérimenter les différents trajets et points sur les méridiens énergétiques dans les différentes postures de travail et les 4 katas.

Adapter les katas à la morphologie du receveur.

Apprendre à pratiquer un bilan énergétique par palpation des zones du ventre (Ampuku) et du dos (Haïkoshin)

Savoir traiter les zones et points de tensions de façon adaptée.

Apprendre à travailler en fonction du cycle d'engendrement et de contrôle.

Apprendre et exercer les méthodes d'évaluation des symptômes et des signes d'après l'énergétique orientale : Bo Shin/ Bun Shin/ Mun Shin ...

Les prolongements de Masunaga (début)

Analyser son travail et les améliorations possibles.

Connaitre parfaitement ses étirements de bases de Do In (étirements des méridiens) et pouvoir en adapter le conseil aux receveurs bénévoles.

Affiner ses comptes rendu au fil de son expérience.

Théorie :

Complément sur les différents éléments/ fonctions des points principaux de tous les méridiens/ points shu et points mu/ fonctions générale des méridiens par élément/théorie de l'ampuku et auto palpation/ les points spéciaux.

Evaluations théoriques régulières, de pratique 2 fois par an.

Autre :

Compte rendu, bilan et organisation du travail personnel tous les 2 mois.

Entretiens individuels 2 fois par an et questionnaire de satisfaction.

Apporter les connaissances afin de faire une observation critique de son travail et trouver des solutions d'amélioration soi même et en concertation avec ses enseignants.

Apporter les connaissances afin de prendre en compte les retours de ses receveurs bénévoles et de ses enseignants

Rédiger une partie du rapport professionnel.

Année 3 :

Généralités :

Affiner le contact et la bienveillance avec le client.

Savoir poser des limites en tant que praticien

Apprendre à détecter un client pervers dès la prise de rdv et comment réagir
Bien connaître et agir avec son réseau environnant
Apprendre à communiquer sur son activité
Apporter les connaissances afin d'orienter son client vers des professionnels de santé si nécessaire
Connaître ses propres limites et les limites de sa pratique, les respecter et les imposer
Les grands acteurs du shiatsu : Syndicat Professionnels de Shiatsu
Préparer son installation, assurances, obligations légales...
Savoir exprimer clairement la différence entre le Zen Shiatsu et les autres styles de shiatsu.
Prendre en charge une séance de la prise de rendez vous, la séance et le suivit.

Pratique du shiatsu :

Adapter toutes les techniques de shiatsu de façon adéquate au receveur
Tenir compte de la demande et savoir mixer les informations de façon équilibrée pour construire son shiatsu complet
Savoir se centrer avant, pendant, après la séance de façon parfaite.
Savoir observer et cocooner son client avant, pendant, après la séance
Avoir une attitude rassurante et dans le non jugement
Pratique des grands méridiens
Prolongements de Masunaga (suite et fin)
Techniques de Ho Sha et Ibiki et Initiation aux merveilleux vaisseaux

Théorie :

Grands méridiens/ relation Biao –Li/ Zang Fu et entrailles curieuses/Ho sha et ibiki/ Initiation aux merveilleux vaisseaux/ Structure juridique et installation/ présentation et correction d'études de cas

Autres :

Compte rendu, bilan et organisation du travail personnel tous les 2 mois.
Suivit individuel 1 fois par trimestre des rédaction des études de cas pour l'examen final.
Apporter les connaissances afin de faire une observation critique de son travail et trouver des solutions d'amélioration soi même et en concertation avec ses enseignants.
Apporter les connaissances afin de prendre en compte les retours de ses receveurs bénévoles et de ses enseignants
Rédiger la dernière partie du rapport professionnel et études de cas associées.
Présentation à l'examen final pratique et soutenance du mémoire.

MOYENS PEDAGOGIQUES :

- **Encadrement :**

Des enseignants ayant suivi une formation de Zen Shiatsu d'au moins 500 heures, ayant plus de 2 ans d'expérience de la profession.

- **Technique :**

Une salle équipée de tatami pour la pratique au sol
Des cartes des circuits énergétiques
Des visio conférences pour les cours théoriques

Des supports format électronique pour les cours théoriques et de récapitulatif des manœuvres manuelles liées à la pratique du shiatsu
Tableau blanc, paper board
Mise à disposition en ligne de vidéos pédagogiques de révision

MOYENS DE SUIVRE L'EXECUTION DE L'ACTION ET D'EN APPRECIER LES RESULTATS :

Un programme détaillé par w. e et par groupe pour les dates en présentiel avec compte rendu de chaque formateur en fin de w. e au responsable pédagogique.
Réunions pédagogiques régulières afin d'améliorer la prestation, identifier et solutionner les problématiques rencontrées.
Fiches de présences
Formulaires d'évaluation de la formation

MODALITES D'EVALUATION :

Pendant la formation :

Théorie : évaluations à la fin de chaque chapitre, en visio, par google form par QCM et questions rédactionnelles.

Pratique : une mise en situation d'examen en milieu d'année, un examen de fin d'année

Pour s'inscrire à l'examen :

Avoir suivi le cursus complet et bénéficié d'au moins 521 heures de formation

Avoir reçu 6 séances de shiatsu par des praticiens agréés par le SPS,

Etre à jour de ses obligations légales et financières par rapport à l'école

Fournir le bulletin n°3 du casier judiciaire.

Avoir son Psc1 ou équivalent à jour

Avoir terminé et validé son anatomie physiologie

Passage d'examen final : évalué par 2 membres du jury qui ne sont pas leurs formateurs mais des professionnels du shiatsu ou de professions médicales. Examen composé d'une partie pratique et de la soutenance à l'oral d'un rapport professionnel. Les deux parties doivent être validées pour obtention du « diplôme ».

Evaluation globale de la formation : par analyse des données (taux de réussite à l'examen, taux d'absentéisme, taux d'insertion professionnel....), par retour des questionnaires de satisfaction des élèves et financeurs.

