Mettre en place un Shiatsu Traditionnel dans son activité professionnelle

PROGRAMME DE FORMATION 2021 - 2022

N° de fiche : RS5450
https://www.francecompetences.fr/recherche/rs/5450/
Code NSF : 330 : Spécialités plurivalentes des services aux personnes
Formacode : 43445 : massage bien-être
Date d'échéance de l'enregistrement : 19-05-2024
Organisme certificateur : Fédération Française de Shiatsu Traditionnel - http://ffst.fr/

Objectifs et contexte de la certification :

Cette certification s'adresse aux masseurs non spécialistes du Shiatsu souhaitant développer leur portefeuille de compétences ainsi qu'aux professionnels du secteur médical ou paramédical souhaitant acquérir la pratique du Shiatsu afin de l'utiliser auprès des patients.

D'origine japonaise, le Shiatsu est un art énergétique, holistique, basé sur le toucher. Ces techniques de pressions rythmées et d'étirements sur des zones du corps, au travers desquelles circule l'énergie, sont exercées à l'aide des mains, des doigts, des paumes.
La pratique du Shiatsu requiert des compétences particulières transmises par cette certification.

Compétences attestées :

- Évaluer la situation d'un client
- Identifier les situations particulières de contre-indications et à risques de complications
- Réaliser des palpations et des tests de mobilité articulaire et viscérale
- Élaborer la stratégie à mettre en œuvre
- Exécuter les gestes techniques spécifiques au Shiatsu traditionnel
- Optimiser l'efficacité du soin et des techniques
- Préconiser, si besoin, des recommandations en matière d'hygiène de vie et de pratique d'exercices posturaux

Modalités d'évaluation :

Évaluation formative tout au long de la formation (voir détail ci-après)
Évaluation finale : Mise en situation pratique et évaluation théorique :
45 minutes de pratique et 30 minutes de soutenance d'un mémoire thématique (détail ci-après)

Voies d'accès :
Prérequis à la validation des compétences :

- Masseurs non spécialistes du Shiatsu souhaitant développer leur portefeuille de compétences.

- Professionnels du secteur médical ou paramédical souhaitant acquérir des compétences de massage auprès des patients par la pratique du Shiatsu.

3 ans d'expérience professionnelle attestées par preuve au jour de la Certification : fournir une copie du Siret, éventuellement une copie du DE pour les professions concernées ou du diplôme ou Certificat de formation.

Nota : Ces preuves doivent être fournies au formateur avant toute inscription et sont indispensables à la constitution du dossier.

Accessibilité aux personnes handicapées : Il est proposé aux personnes handicapées ou qui rencontrent des difficultés physiques particulières, et qui souhaitent effectuer cette formation, de nous contacter afin d'examiner conjointement les compensations disponibles.
En cas d'impossibilité d'effectuer la formation, il sera proposé des pistes de ré-orientation.

Validité des composantes acquises :
Formation Continue

Lien internet vers le descriptif de la certification :
http://ffst.fr/les-formations/formation-shiatsu/

Référentiel d'activité, de compétences et d'évaluation :
https://certifpro.francecompetences.fr/webapp/services/enregistrementDroit/documentDownload/21244/238372

Organisation et fonctionnement de la formation

Durée totale de la formation :
Sa durée est fixée à 200 heures de formation, accomplies en 22 jours de formation en présentiel et 15 sessions en distanciel (les sessions en distanciel sont réservées à une partie de la théorie).

Dates de la formation

L'action de formation aura lieu du 27 / 11 / 2021 au 4 / 12 / 2022 :

- sessions en présentiel :

27 et 28 / 11/ 2021
11 et 12 / 12 /2021
8 et 9 / 01 / 2022
12 et 13 / 02
5 et 6 / 03
26 et 27 / 03
7 et 8 / 05
17 et 18 / 09
15 et 16 / 10
12 et 13 / 11
3 et 4 / 12 / 2022

- sessions en distanciel : les mardis

30 novembre 2021 / 5 décembre / 21 décembre / 4 janvier / 18 janvier / 8 février / 22 février / 8 mars / 29 mars / 5 avril / 20 avril / 3 mai / 20 septembre / 11 octobre / 8 novembre

Horaires : la formation a lieu :

- sessions en présentiel : de 9h30 à 13h et de 14h à 18h30 les samedis et de 9h30 à 13h et de 14h à 17h30 les dimanches
  soit 15 h par session de 2 jours
- sessions en distanciel : de 19h à 21h15 les mardis 2 fois par mois environ de novembre 2021 à mai 2022 et de 19h à 21h les mardis de septembre 2022 à novembre 2022

Rythme : discontinu

Mode d'organisation pédagogique : en présentiel et en distanciel

Lieu de formation : en centre de formation, à l'École de la Respiration,
dans les locaux du Centre Atma, 50 rue des Lices, 84000, Avignon
Nota : le lieu de formation peut être modifié en cours d'année si le contexte l'exige, tout en demeurant en région d'Avignon. Dans ce cas, les stagiaires seront informés par e-courrier avec accusé de réception par retour de mail au moins 3 semaines avant la date de la session.

Tarif de la formation : 3200 € TTC (formation non soumise à la TVA)

Contenu de formation,

Théorie

- Historique du Shiatsu, définition du Shiatsu, le Zen Shiatsu et son fondateur, Shizuto Masunaga
- le cadre de la relation donneur-receveur, le code de déontologie, le cadre institutionnel
- Les limites, précautions et contre-indications du Shiatsu (détaillé)
- Définition du Kata, enchaînement de postures et de mouvements, ses effets sur le receveur, sur le donneur. Chaque Kata comprend des Seitais, étirements et mobilisations de méridiens et des articulations (Niveau I). Adaptations à l'âge et à la condition physique du receveur
- les 5 principes du Zen Shiatsu
- la cosmogénèse Taoïste, Le Tao, la relation Ciel-Terre-Homme, le principe de 'non-agir'
- le concept de Qi (ou Ki = énergie) , Niveau I
- les polarités Yin-Yang
- physiologie de la respiration
- l'impact du stress et des émotions sur les différents systèmes (respiratoire, circulatoire, neuro-
- musculaire…)
- le concept de méridien, les 12 méridiens nourriciers, trajets et points principaux, le concept de loge énergétique (association méridien Yin-méridien Yang),
- les points Yuan, les points Lo
- les points abortifs
- les 5 organes et les 6 entrailles creuses, leurs fonctions en physiologie occidentale, leurs fonctions

en énergétique traditionnelle, approche comparative

- les 3 Foyers, 3 étages, 3 fonctions, les points de commande (Niveau I)
- Les 5 éléments ou 5 Mouvements, les 4 saisons, les 6 énergies climatiques (Niveau I)
- Les Ben Shen et le rôle particulier du Coeur
- l'anamnèse ou questionnaire de début de séance, le déroulé d'une séance
- les 5 Mouvements (ou dynamismes énergétiques, dits 5 éléments)
- les Cycles d'Engendrement, de Contrôle, d'Agression, d'Outrage
- Application de ces cycles aux déséquilibres des Organes-Entrailles
- la notion de Kyo-Jitsu et ses applications à la palpation de l'Ampuku / des méridiens et extensions
- la notion de Tsubos
- le concept du Yin-Yang et ses applications aux déséquilibres énergétiques
- les Pervers externes et internes
- Évaluations théoriques

Pratique

- Les différentes postures du donneur de Shiatsu, la notion de posture juste, posture et relation Ciel-Terre, la notion de Hara ou centre énergétique, le non-agir
- les différentes techniques de pression des mains
- les différentes postures du receveur
- les précautions et contre-indications des postures du receveur et des mouvements
- les 5 principes du Zen Shiatsu, leur application pratique
- les enchaînements du Shiatsu ou 'Katas' : Kata Dorsal, Kata Frontal, Kata Latéral, Kata Assis et les Seitais
- repérage des 12 méridiens nourriciers, trajets et localisation des points principaux
- repérage des points de commande des 3 Foyers
- Ampuku : palpation abdominale des zones réflexes du ventre
- Organes de l'abdomen : repérage et palpation
- les 4 Katas, Manœuvres avancées
- les Extensions de Masunaga : repérage et palpation
- la notion de contact énergétique : palpation des méridiens / des points / recherche des Tsubos
- palpation des zones de Kyo-Jitsu
- Yuketsu : palpation des zones réflexes du dos / repères anatomiques du dos
- les principaux tests de mobilité articulaire
- sessions communes de pratique avec des stagiaires avancés
- Évaluations pratiques

Préparation Corporelle : incluse en chaque début de journée de formation

- les échauffements préparatoires
- la respiration
- la voix
- les étirements de méridiens, les Makko Ho de Masunaga
- les mouvements du Do In
- les réflexes posturaux et la verticalité (Technique Alexander)
- approche de la méditation

Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement mis en œuvre

- **Moyens pédagogiques :**
  - Diaporamas commentés / planches anatomiques et de méridiens
  - Démonstrations pratiques
  - Livret PDF (remis en fin de formation)
  - Bibliographie

- **Moyens techniques :**
  - salle équipée de Tatamis, tapis, et coussins, matériel propre à la pratique corporelle et à la pratique du Shiatsu
  - paperboard / tableau
  - squelette, colonne vertébrale, bassin grandeur nature
  - mannequin de méridiens d'acupuncture
  - planches de méridiens
  - planches anatomiques
  - extraits de textes fondateurs de l'énergétique traditionnelle et du Shiatsu
  - planches d'idéogrammes

- **Moyens d'encadrement :**

Les diplômes, titres et références de la personne chargée de la formation sont indiqués ci-dessous :

Catherine Cohen-Hadria
- Formatrice Shiatsu Traditionnel, Agréée FFST, avril 2019
- Formatrice Do In, Agréée Fédération Française de Shiatsu Traditionnel, juin 2018
- Formatrice Technique Matthias Alexander depuis 1999, Agréée ATI France, crée un centre de formation en 1999, expérience professionnelle en formation de professeurs de la méthode de 1999 à 2016

- Praticienne de Shiatsu traditionnel, Agréée Fédération Française de Shiatsu Traditionnel juin 2014, expérience professionnelle de 7 ans en cabinet de soins individuels
- Praticienne de Technique Matthias Alexander, Agréée ATI, 1990 (Alexander Technique International FR), expérience professionnelle depuis 1990 auprès de chanteurs lyriques, danseurs, musiciens, circassiens professionnels (posture et respiration) et auprès des acteurs de l'entreprise (postures au travail)
- Formée en énergétique traditionnelle chinoise, Modules acupuncture et médecine manuelle, 2009 (IMTC)
- Formée en Chi Nei Zang, massage traditionnel du ventre, 2013
- Animatrice Do In depuis 2005, expérience professionnelle de 6 années de cours collectifs hebdomadaires et stages
- Maîtrise et Capes Anglais, 1982, expérience professionnelle en collège, lycée public et privé de 1981 à 1988, expérience de traductrice de 1988 à 1991
- Directrice de compagnie de danse-théâtre Tous Publics de 1990 à 2013

Moyens permettant le suivi et l'évaluation des résultats

- **Suivi de l'exécution** :

- Feuilles de présences signées des stagiaires et du formateur par demi-journée de formation et attestations de présences individuelles.
- Preuve de présence aux sessions en distanciel par chat

- **Questionnaire de satisfaction** : est remis aux stagiaires en fin de formation : ce questionnaire a pour but de collecter les avis des stagiaires sur la qualité de la formation, du ou des formateurs, et sur les modalités d'exécution de la formation.

- **Évaluation des résultats :** La formation est sanctionnée par un suivi de contrôle continu, théorie et pratique, et une évaluation finale, théorie et pratique, effectuée au sein du centre de formation. Cette évaluation finale est ensuite transmise pour validation par l'organisme certificateur : FFST

  - Contrôle continu des connaissances théoriques : Des questionnaires de contrôle de connaissances (QCM et questions ouvertes) sont soumis aux stagiaires dans un temps limité, au cours de chaque session de formation à partir de la session n°2. La correction est effectuée en commun à l'issue du questionnaire.

  - Évaluations écrites de fin de Niveau I et de fin de formation : Théorie : ces évaluations écrites reprennent les principes fondamentaux régissant le Shiatsu et l'énergétique traditionnelle chinoise vus au cours de cette formation. Elles ont lieu au sein du centre de formation.

  - Contrôle continu des connaissances pratiques : l'évaluation pratique en contrôle continu comprend, lors d'une session sur deux pour chaque stagiaire, une démonstration devant l'ensemble du groupe d'un sujet parmi les sujets suivants : démonstration de trajets de méridiens, de points spécifiques, d'observation des caractéristiques énergétiques du receveur, de récapitulation des contre-indications, de mise en pratique d'un segment de Shiatsu.

  - Examen pratique de fin de formation : Un Shiatsu est donné par le stagiaire en fin de Niveau I et en fin de formation, dans un temps donné (45mn), au sein du centre de formation, afin d'évaluer de façon bienveillante et constructive la progression du stagiaire.

  - Mémoire thématique de fin de formation : Présentation et soutenance d'un document de 4 ou 5 pages minimum précisant ce que la compétence professionnelle a apporté dans la pratique quotidienne avec les patients.
    Ce mémoire doit être remis au formateur en format papier au moins 10 jours avant la date de la dernière session. Le stagiaire doit se munir de son propre exemplaire papier pour la soutenance.
    Durée de la soutenance : 30 mn maximum

A l'issue de ces examens finaux, une attestation de réussite de formation sera adressée à l'organisme certificateur (FFST) pour validation finale.

Nota : En cas d'absence à l'évaluation finale, et seulement pour cause de force majeure attestée par preuve, le stagiaire devra se représenter auprès du formateur selon les conditions fixées par le formateur :

- par rendez-vous au centre de formation ou au lieu indiqué par le formateur
- le mémoire devra être adressé au formateur sous format papier au maximum 10 jours avant le RV et devra se munir de son propre exemplaire papier
- le stagiaire devra être accompagné d'un receveur pour la partie pratique
- le stagiaire devra s'acquitter auprès du formateur du dédommagement en temps pour le formateur et pour le reste du jury.