

MODULE DE TECHNIQUES ET POSTURES DU PRATICIEN EN REFLEXOLOGIES. **LES ATTITUDES CORPORELLES ESSENTIELLES DU PRATICIEN.**

DESTINE A - PRE-REQUIS:

- Toute personne ayant suivi le premier cycle en Réflexologie et souhaitant se former à la Réflexologie Plantaire Chinoise.
- Toutes les catégories de personnes ayant déjà suivi le 1° cycle du cursus Réflexologie Plantaire « douce », le module d'Anatomie pour les Réflexologies et le module MTC et souhaitant se présenter à l'examen de Praticien Professionnel en RéflexologieS.

OBJECTIF:

Acquérir, avant de démarrer l'apprentissage des techniques de travail propres à la réflexologie chinoise, la capacité à travailler son propre « chi » ou énergie vitale.

Acquérir une connaissance pratique des postures de travail pour optimiser le travail énergétique d'un soin en RP chinoise. A travers des techniques propres au travail traditionnel en énergétique chinoise (notamment le travail sur le «chi » et la respiration en Chi Gong) les élèves s'approprient une méthodologie de préparation du corps à la bonne pratique de la méthode chinoise. Pour un praticien en RéflexologieS, la main est un outil d'intervention très précis tout en étant un outil de réceptivité sensorielle (et donc de connaissance) du plus haut niveau. Pendant un soin, cet outil est l'expression de tout son être. Les Chinois disent qu'un massage n'est douloureux que lorsque le praticien masse du bout des doigts...

Acquérir la capacité à mobiliser l'énergie de tout son corps pour se servir au mieux de ses mains. La méthode chinoise du massage des pieds est une technique énergétique nécessitant parfois d'aller travailler en profondeur sur certaines zones douloureuses du pied.

Acquérir le niveau de perception juste respectant le seuil de tolérance à la douleur chez le receveur, évitant ainsi que les tissus du pied du patient ne se crispent davantage au lieu de se détendre. Cette appropriation est d'autant plus importante que le praticien qui travaille « en force » risque de développer des contractures et/ou des inflammations dans ses mains l'obligeant, tôt ou tard, à cesser sa pratique.

DUREE DU MODULE:

Une journée (9 h. 30 à 18 h. 30) soit 8 h.

NOMBRE DE PARTICIPANTS MAXIMUM.

24 personnes (12 binômes).

CONTENU DU MODULE

- Accueil et installation des stagiaires à leur arrivée.
- Présentation du programme de travail (horaires, emploi du temps etc.) et des objectifs du stage.
- Retour sur les données précédemment acquises.
- Comment se placer correctement dans la relation à soi-même en tant que praticien avant de se placer dans sa relation à l'autre (travail au sol, travail d'équilibre, travail de sa propre verticalité) .
- Comment libérer des zones de tension dans son propre corps par la respiration et la relaxation.
- Exercices pour assouplir les mains tout en augmentant leur puissance énergétique afin d'apprendre à ne pas forcer sur les articulations ou sur les muscles lors d'un soin.
- Développer le ressenti de différents types de touchers énergétiques selon les 5 principes de la MTC (bois, feu, terre, métal, eau)
- Apprendre des techniques spécifiques à la réflexologie pour développer des mains souples, puissantes et sensibles.
- Apprentissage d'un auto soin en réflexologie palmaire pour finir une journée de travail « en forme »...
- **Fin du module de formation en “ Techniques et postures du Praticien en Réflexologies”.**
- Signature des feuilles de présence.
- Remise des documents pédagogiques (planches, fascicules et méthodes techniques de travail détaillées et illustrées de clichés réels des postures et directions de travail).
- Remise des fiches d'évaluation de la formation à compléter par le stagiaire et par le formateur.
- Collation finale et départ des stagiaires.

LES MOYENS PEDAGOGIQUES ET CONTRÔLE DES CONNAISSANCES:

- Travail en groupe, articulé autour des techniques posturales nécessaires à la pratique des RéflexologieS.
 - Travail en binôme (receveur / donneur) permettant la pratique et le ressenti des techniques enseignées.
 - Présence de 2 à 6 assistants selon la taille du groupe auprès de l'animateur, afin de faciliter l'appropriation des premières notions posturales et apporter les corrections nécessaires à un bon savoir-faire.
- Fourniture de tout le matériel pédagogique nécessaire au bon suivi de la formation (tables, lingettes hygiéniques, talc, alèzes jetables, papier, crayons, supports pédagogiques, etc.).
- En fin de chaque cycle de formation, un examen théorique et technique sanctionne les acquis du stagiaire.