

MODULE DE PROTOCOLES SHIATSU « Bassin, jambes, fibromyalgie » TECHNIQUES AVANCÉES DE TRAVAIL ENERGETIQUE ET OSTEO-ARTICULAIRE EN SHIATSU.

DESTINE A - PRE-REQUIS:

- Toutes les catégories de personnes ayant à minima commencé le module de Psychologie Corporelle Appliquée et souhaitant continuer à développer leur acquisition de la pratique du Shiatsu et de techniques spécifiques qui participent à son usage.

OBJECTIF:

Acquérir une connaissance pratique de protocoles types pour des problèmes de santé rencontrés régulièrement en consultation. Ces protocoles permettent concrètement d'effectuer des choix précis d'outils thérapeutiques Shiatsu acquis lors des modules précédents. Acquérir ainsi la capacité à construire une technique appliquée efficace et cohérente.

Acquérir des « protocoles type » de Shiatsu, adaptés à des situations spécifiques de type sciatiques, cruralgies, douleurs de hanches, etc., et fibromyalgie.

Acquérir des « protocoles types » adaptés aux conditions de situations de douleurs physiques.

A travers des exercices élaborés et appartenant aux techniques fondamentales du Shiatsu et des Arts Martiaux, les élèves s'approprient toute une méthodologie de préparation et de travail du corps du receveur à la pratique du Shiatsu. Placement du corps, posture et attitude du praticien, préparation articulaire, aptitude au déplacement au sol, etc. sont revus au cours de ce module.

DUREE DU MODULE:

Deux journées complètes, soient 16 h.
(9 h. 30 à 18 h. 30 environ selon avancée du groupe)

NOMBRE DE PARTICIPANTS MAXIMUM.

24 personnes (12 binômes).

CONTENU DU MODULE

Première journée: de 9 h. 30 à 13 h. 00:

- Présentation du programme de travail (horaires, emploi du temps etc.) et des objectifs du stage.
- Retour sur les données précédemment acquises.

Une première phase de travail élaboré en Shiatsu, nous fait revenir à la « pratique » de base. Elle permet de revenir sur les techniques spécifiques de Shiatsu d'étirements musculaires, de repositionnement vertébral et de rééquilibrage des axes hanches / bassin.

De 14 h. à 18 h. 30 (selon avancée du groupe).

- Appropriation des techniques de moxas chinois et japonais. Ces techniques viennent compléter et enrichir tout le contenu technique en Shiatsu déjà acquis.
- Le praticien Shiatsu. Les positions de corps, les grands axes articulaires concernés par le travail Shiatsu. Comment préparer son corps au travail Shiatsu. Le déplacement au sol et l'assise du bassin.

Deuxième journée: de 9 h. 30 à 13 h. 00:

- Présentation des différents protocoles type, leurs techniques, leurs raisons d'être.
- Les précautions, les proscriptions, l'intérêt des techniques présentées.

Retour sur les étirements, le travail en Shiatsu spécifique des tensions lombaires, les étirements des muscles lombaires, les bascules du bassin, avec les trois ouvertures progressives des hanches, les poussées de hanches.

De 14 h. à 18 h. 30 (selon avancée du groupe):

- Retour sur le travail de Shiatsu spécifique des trapèzes et de la nuque, les étirements des trapèzes et du plexus cervical, les étirements des dorsaux et le repositionnement vertébral.
- Etude spécifique et mise en application des différents protocoles étudiés.

- Fin du module de Protocoles Shiatsu.

- Signature des feuilles de présence.
- 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 de la pratique du Shiatsu japonais.
- Travail en binôme (receveur / donneur) permettant la pratique et le ressenti des techniques enseignées.
- Supports d'appropriation théorique des données de base du Shiatsu japonais.
- Présence de 2 à 4 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 (tatamis au sol, alèzes de protection pour la pratique des élèves, planches pédagogiques, papier, crayons, supports pédagogiques, etc.).
- En fin de chaque cycle de formation, un examen théorique et technique sanctionne les acquis du stagiaire.