



I S I S

## Programme Pédagogique Formation Spécialiste en shiatsu

### Association Iokai Shiatsu Isère

50, Chemin de la Tour

Le Mont Velanne

38620 Velanne

Siret : 420 290 298 00033

N° déclaration d'activité : 82 38 02678 38 - Référençable Datadock.

Formatrice salariée CDI : Agnès Despres

### Contenu pédagogique :

La formation de spécialiste en shiatsu s'inscrit dans le domaine de la prévention et de la détente. Le shiatsu fait partie de la filière des techniques manuelles pratiquées depuis des millénaires en Extrême Orient.

Le spécialiste en shiatsu va aider la personne en demande à garder ou à retrouver un équilibre sur les plans physique, émotionnel et psychique par un travail de rétablissement de la circulation énergétique à l'aide de pressions et par une relation d'aide. Dans ce cadre le spécialiste en shiatsu atteste des principales capacités suivantes :

- Accueillir la clientèle
- Etablir un bilan énergétique
- Choisir une stratégie d'intervention appropriée
- Mettre en pratique les techniques du Shiatsu
- Assurer un suivi.

### Objectif de l'action :

NB : chaque partie de la formation (introduction module 1, perfectionnement module 1, etc...) décrite dans le programme ci-joint, fait l'objet d'une présentation propre des objectifs, du contenu, de la méthodologie, du contrôle des acquis, des compétences et du processus de validation.

Rappel : réaliser une séance de shiatsu représente une série de pressions des doigts (principalement les pouces) données avec le poids du corps de l'opérateur sur le corps du sujet, toujours vêtu d'une tenue souple, allongé selon la position qui lui convient, sur un matelas type futon, en respectant les critères suivants :

- Préparer une séance dans un environnement favorisant le calme pour le sujet.
- Entendre les besoins du sujet.
- Proposer la position la mieux adaptée à la personne (contraintes physiques, confort...) pour recevoir le shiatsu.
- Refuser de pratiquer sur un sujet présentant une problématique médicale
- Adapter le temps de l'intervention à la capacité de réception du sujet.
- Se préparer à une séance dans un état d'esprit ouvert à l'échange avec le sujet.

I o k a i S h i a t s u I s è r e

50, Chemin de la Tour, Le Mont Velanne, 38620 Velanne - Tél : 04 76 07 58 32

Association loi 1901 - Siret : 42029029800033 - Code APE : 9499Z



- Se mettre en conditions de concentration, disponible dans l'instant présent pour une plus grande empathie vis-à-vis du sujet.
- Se préparer physiquement et mentalement par des exercices favorisant l'harmonie et la circulation de l'énergie (do in et méditation).
- Repérer les compensations du corps du sujet et palier par des supports adéquats.
- Dispenser les différentes techniques de shiatsu, complètes ou partielles en respectant les principes et les appliquer avec régularité, stabilité et précision.

### **Moyens pédagogiques (1), techniques (2) et d'encadrement (3) :**

- 1) Méthode d'enseignement, supports et outils pédagogiques, documentation, etc.  
Remarque : toujours se renseigner sur d'éventuels préoccupations de santé de la personne qui va recevoir le shiatsu au regard de la liste des contre-indications suivantes: phlébites, troubles cardiaques sévères, grossesse de moins de trois mois.

- Méthode d'enseignement : interactive, démonstrative, commentée. (Démonstration de l'ensemble de la séquence, positionnement du praticien, explication par étapes de la séquence, critères de qualité du toucher liées à la pression Shiatsu. Travail par binôme en alternance, démonstration partielle de la séquence du formateur sur l'apprenant, et inversement.)

- Support & outils pédagogiques : mémo stagiaire non-exhaustif.  
texte récapitulatif de la séquence, positionnement et qualité du toucher, photographies et dessins de la séquence en annexe.

- 2) Matériels utilisés: équipements pédagogiques, matériels de démonstration, etc...

- Matériels utilisés : un tapis de sol type fitness (assez épais, dimension 60x180cm), ou futon de voyage, des coussins, une couverture.

- 3) Identité du ou des formateur(s) chargé(s) de la formation.

Formatrice : Shadia DESPRES

Praticienne certifiée European Iokai Shiatsu Association (EISA) en 1997.

Enseignante du cursus EISA depuis 1999 Module 1 et 2003 Module 2.

Certifiée « Spécialiste en Shiatsu » (titre niveau 3, code RNCP : 23661) et adhérente du Syndicat des Professionnels du Shiatsu (SPS) depuis 2016.

Prochainement, Shadia Despres souhaiterait suivre la formation permettant d'enseigner le module 3 Bilan énergétique.

### **Moyens permettant de suivre l'exécution de l'action :**

- Public : Tout public à partir de 16 ans (avec accord parental) capable de travailler au sol dans différentes positions (possibilité d'adapter les formes de travail sur table de modelage) : acteurs du secteur social et santé, soignant ou pas, personne en reconversion, et de manière générale, toute personne souhaitant se former à la pratique professionnelle du shiatsu traditionnel japonais.

- Effectif : 6 à 12 personnes

Feuilles d'émargement collectives à faire signer chaque demi-journée aux stagiaires et au formateur (voir en annexe).

- Durée : formation de 588 heures sur 98 jours répartis sur 6 semestres en trois



années civiles. Journées de 6H00 (avec pause repas midi non comprise).

## **Moyens permettant d'apprécier les résultats de l'action :**

Modalités de contrôle des connaissances :

- questions orales concernant le trajet & la qualité du toucher
- mise en situation (démonstration partielle de la séquence de l'apprenant sur le formateur)
- exercices pratiques : démonstration de l'ensemble de la séquence sur partenaire
- grille d'évaluation formative

## **Planification de la formation Spécialiste en shiatsu**

Année 0 : Pré-formation représentant le pré-requis technique à la formation professionnelle de Spécialiste en shiatsu.

Module 1 : Enchaînements de base introduction : 90h.

Année 1

Module 1 : Enchaînements de base perfectionnement : 90h.

Module 2 : Méridiens introduction : 78h.

Module 2 : Méridiens stage introduction : 30h.

Module 3 : Introduction au bilan énergétique - outil d'observation du ki : 12h.

Année 2

Module 2 : Perfectionnement Méridiens : 78h.

Module 2 : Perfectionnement Méridiens stage : 30h.

Module 3 : Introduction au bilan énergétique - séminaire : 36h.

Module 3 : Introduction au bilan énergétique - approfondissement : 12h.

Module 3 : Perfectionnement du bilan énergétique - outil d'observation du ki : 12h.

Année 3

Module 3 : Perfectionnement du bilan énergétique - séminaire : 36h.

Module 3 : Perfectionnement du bilan énergétique -révisions pratiques : 12h.

Module 4 : Applications pratiques : 12h.

Module 4 : Applications pratiques - séminaire : 48h.

Module 4 : Applications pratiques - préparation à l'examen : 12h.

Avant la présentation à la certification européenne Iokai shiatsu et en fonction des évaluations faites par les différents professeurs, il peut être demandé à certains stagiaires de refaire un module si nous considérons qu'il n'est pas acquis.

Le déroulé de chaque partie de la formation est décrit dans le document «Séquences cursus Iokai ISF 11-6-17».