



## Formation Qualifiante Spécialiste en Shiatsu

**Intitulé : Spécialiste en Shiatsu (code RNCP : 23661).**

- Autorité responsable de la certification : Syndicat professionnel du shiatsu (SPS)
- Niveau - domaine d'activité : III (Nomenclature de 1969), 5 (Nomenclature Europe)
- Code NSF : 330 Spécialités plurivalentes des services aux personnes.
- Référence arrêté création (ou date 1er arrêté enregistrement) :  
Arrêté du 17 juillet 2015 publié au Journal Officiel du 25 juillet 2015 portant enregistrement au répertoire national des certifications professionnelles. Enregistrement pour cinq ans, au niveau III, sous l'intitulé "Spécialiste en Shiatsu" avec effet au 30 septembre 2010, jusqu'au 25 juillet 2020.

Lieu de certification : Syndicat professionnel en shiatsu (SPS)  
37, bis allée Lucien Michard; 93190 Livry gargan.

### Résumé du référentiel d'emploi ou éléments de compétence à acquérir

- Le spécialiste en shiatsu :  
Il 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.
- Objectif :  
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.
- Compétences à acquérir :  
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.

### Public

Tout public à partir de 16 ans (avec accord parental) capable de travailler au sol dans différentes positions : 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.

**Durée** : 588 heures sur 98 jours répartis sur 6 semestres en trois années civiles.



## Coût pédagogique

Coût pédagogique (association non assujettie à TVA) : 6790 Euros.

Hors module formation anatomie-physiologie, hors frais de dossier, hors frais de déplacement et d'hébergement, et hors cotisations annuelles au Syndicat Professionnel du Shiatsu et à l'association ISIS (Tarif 2017-18).

**Conditions** : (voir règlement intérieur)

Tenue : détente, souple type jogging et chaussettes. Une tenue spécifique n'est pas obligatoire. Hygiène : il est indispensable d'avoir des ongles courts et propres pour ne pas blesser le receveur.

Le shiatsu nécessitant des échanges dans la sphère personnel du receveur, une parfaite hygiène est indispensable.

**Paiement** : virement bancaire, chèque

## 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.

**Nombre de participants** : de 6 à 12 maximum.

## Pré-requis

1. Pré-requis mental : savoir questionner les receveurs du shiatsu sur leurs antécédents de santé, avec tact et diplomatie, dans le but d'adapter les techniques à leurs problématiques. Savoir observer l'état général du receveur
2. Pré-requis physique : pouvoir travailler en alternant les position à genoux, trépied, à genoux assis/talons et en adaptant selon les capacités du donneur et en adéquation avec le gabarit du receveur.
3. Pré-requis technique : avoir effectué 90h d'initiation au module 1 du Shiatsu Iokai.

## Méthodes et techniques pédagogiques

Il s'agit d'une formation pratique et progressive où les connaissances nécessaires à la compréhension sont apportées à l'aide de démonstrations et d'exercices exécutés en binôme, et parfois en petits groupes.

Cette pédagogie implique les participants en les amenant à réaliser les différentes techniques spécifiques selon les principes du shiatsu :

- préparation physique selon la technique japonaise du Do In (mise en condition articulaire et énergétique).
- positionnement et placement pour effectuer pressions, mobilisations et étirements



face à la zone traitée.

- perpendicularité et stabilité des pressions.
- pressions venant du Hara à adapter à la zone et à la capacité de réception du sujet.

## Vocabulaire spécifique

• Méditation : outil pour la pratique du Shiatsu, être attentif à sa respiration, son attitude et sa posture. La méditation, dans cette situation, n'est pas idéologique mais bien l'action de revenir au centre. Elle se pratique en début de séance, avant de pratiquer un shiatsu, selon les besoins du praticien, pour trouver la condition indispensable à la pratique d'un bon shiatsu et permettre de développer l'empathie : l'écoute de notre propre organisme nous aide à mieux entendre et repérer chez l'autre les paramètres permettant de retourner à l'équilibre.

• Do In : Do (導) : conduire, guider (l'énergie dans le corps) In (引) : étirer, tirer, attirer, conduire An(按) : maintenir la main tranquillement Gyo ou Kyo (躺) : lever les pieds vers le haut. « Ce terme désigne un ensemble de pratiques destinées à faire circuler l'énergie dans le tout le corps au moyen de respirations ou de mouvements. », Shizuto Masunaga, fondateur du Iokai Shiatsu.

• Shiatsu : Shi (指) : les doigts et Atsu (圧) : presser, appuyer.

Le Shiatsu est une discipline de thérapie manuelle japonaise séculaire s'exerçant surtout dans le domaine de la prévention et du bien-être.

Les pressions par déport de poids du corps sont effectuées par les pouces principalement, les autres doigts, les paumes, les coudes, ou encore les genoux voire les pieds.

• Hara : Point pivot du corps pour la répartition du poids mais également centre de l'énergie vitale. Il se trouve au niveau du ventre, autour du point central à trois doigts environ sous le nombril.

• Kata : séquence codifiée de Shiatsu. L'enseignement du Module 1 comprend les quatre Katas, séquences dépressions, mobilisations, et étirements de la tête aux pieds, selon la position du sujet : decubitus ventral, latéral et dorsal, position assise.

• Ki : élan vital, source de vie.

## Evaluation

Évaluation continue au cours de la formation en se positionnant comme opérateur, sujet et observateur, et par grille formative à chaque apprentissage.

Critères principaux : par analyse avec le formateur : placement, positionnement, perpendicularité, stabilité, qualité du toucher.

En complément : échange avec le sujet pendant et après la séance, sur son ressenti et son état physique et mental.

## Organisation d'une journée de formation

Les cours se déroulent de la manière suivante (journée de 7H00 de cours avec une heure de pause repas le midi et des pauses de 10 minutes matin et après midi) :

- 15 à 30 min de méditation afin de se recentrer (mental, respiration, posture).
- 30 à 45 min de préparation physique par le Do In (échauffement du corps, étire-



ment des méridiens...).

- 30 à 60 min de présentation théorique et pratique par le formateur
- 5 heures de pratique du shiatsu par binôme : apprentissage des séquences de shiatsu, position, placement, trajet, qualité du toucher, etc...

Remarque : L'enseignement se fait par démonstration, ce qui implique une attention toute particulière pour mémoriser chaque séquence.

Important : Les techniques proposées sont directement inspirés du style Iokai Shiatsu.

## Déontologie

- Le contenu abordé lors du cursus shiatsu concerne une pratique d'harmonisation énergétique, de prévention et de détente.
- Le principe de cette formation est de rendre autonome le (la) participant(e). Son utilisation non thérapeutique est dans le quotidien, la détente, le bien-être, la relaxation.
- Cette formation a pour axes de travail : la présence à soi et aux autres, la gestion du stress, la dynamisation, la communication, le bien-être et la souplesse physique.
- Les participants sont invités à suivre la pédagogie proposée qui privilégie la mise en confiance, le respect de chacun (mœurs, philosophie, âge, sexe), l'apprentissage par l'expérimentation.
- L'animateur recevra les remarques et réclamations éventuelles des participants, les réglera ou les transmettra à qui de droit.
- Photographies ou films ne pourront être pris pendant les séances de travail qu'avec l'accord des personnes concernées.
- Les participants ne pourront utiliser le temps de cours comme espace de prosélytisme, de pratique sectaire, thérapeutique ou mercantile.
- De par ses objectifs d'enseignement, de sensibilisation et sa vocation non spécifiquement thérapeutique, l'association ISIS pourra s'opposer à la présence d'un(e) participant(e) qui ne peut objectivement se prendre en charge.
- Les techniques abordées dans cette formation, enseignées et pratiquées en l'absence de diagnostic et de traitement thérapeutique, ne s'apparentent en rien, ni dans les contenus, ni dans les objectifs, à la pratique de la masso-kinésithérapie ou à une pratique médicale ou paramédicale, et ne sauraient se substituer à un traitement conventionnel; le praticien n'ayant comme intention et finalité que le bien-être de la personne.

## Informations

L'appellation "Massage" est sujet à procès (jurisprudence en faveur de J.Savatofski).  
Ordre des masseur-kinésithérapeutes, fondé en juin 2007.

En France, l'article R.4321-3 du code de la santé publique donne la définition suivante du massage: "On entend par massage toute manœuvre externe, réalisée sur les tissus, dans un but thérapeutique ou non, de façon manuelle ou par l'intermédiaire d'appareils autres que les appareils d'électrothérapie, avec ou sans l'aide de produits, qui comporte une mobilisation ou une stimulation méthodique, mécanique ou réflexe de ces tissus".



Il résulte des dispositions de l'article L 4321-2 du même code que la pratique du massage est réservée aux personnes titulaires d'un diplôme d'état de masseur-kinésithérapie.

Le terme modelage est autorisé, sans être un monopole de l'esthéticienne.

Tout certificat, diplôme en massage, praticien en massage délivré par une école de massage (autre que école de Kinésithérapie) est un diplôme ou certificat d'école ou d'organisme de formation, ce n'est pas un diplôme d'état (sauf le DE de kinésithérapie), et n'a donc pas une reconnaissance officielle.

Si vous n'êtes pas thérapeute, vous devez veillez à ne jamais employer un terme médical pour décrire vos relaxations ou ses effets (ex: bon pour les insomnies, contre la migraine, etc..). Ne pas employer le mot "soin" ni "santé".

Cependant le Parlement Européen considère le Shiatsu comme étant l'une des huit médecines non conventionnelles les plus efficaces. (Rapport Collins- Lannoye du 29/05/1997- Bruxelles).

### **En conséquence**

Veillez à respecter le code de déontologie suivant lors de votre pratique du Shiatsu :  
« Dans le cadre de ma pratique, je m'engage sur l'honneur :

- à exercer mon art dans le respect total de l'intégrité physique et morale de la personne que je rencontre
- à observer scrupuleusement le secret professionnel
- à diriger sans délai vers un médecin toute personne présentant des symptômes le nécessitant.

Compte tenu de la législation française, je me soumetts également aux obligations suivantes :

- ne pas établir de diagnostic médical
- ne pas interrompre un traitement médical
- ne pas prescrire ou conseiller un traitement médical
- à exercer mon art dans le strict domaine de la prévention »



## Présentation du contenu de la formation Iokai Shiatsu France

**1 - Prérequis :** initiation au Shiatsu Iokai - cours hebdomadaire, ateliers, séminaires, stages (résidentiels ou non) : 90h.

**2 - Cours Iokai Shiatsu France :** 588 heures sur 98 jours répartis sur 6 semestres en trois années civiles.

\* Module 1 - Enchaînements de base, mouvements de base, formation initiale et perfectionnement en séminaires ou stages (résidentiels ou non), 180 h sur 30 jours.

\* Module 2 - Méridiens : base et perfectionnement en séminaires (2 x 78h) et stages résidentiels (2 x 30h), 216 h sur 36 jours.

\* Module 3 - Bilan Energétique : base et perfectionnement en séminaires (4 x 12h) et stages résidentiels (2 x 36h), 120 h sur 20 jours.

\* Module 4 - Applications pratiques et professionnalisation : en séminaires (2 x 12h) et stage résidentiel (48h), 72 h sur 12 jours.

Selon la capacité du participant et, en fonction des évaluations faites par les différents professeurs, la participation à un module supplémentaire peut lui être demandé.

### **3 - Modules complémentaires :**

à valider dans la période des 6 semestres en trois années civiles.

\* **Module travail personnel dirigé :** reprise des modules 1, 2 et 3 sous la direction d'un enseignant agréé, 192 h sur 32 jours.

#### \* **Module Anatomie/Physiologie**

a) Pour les demandes de dispense en anatomie / physiologie, cf liste des professions dispensées.

b) Le SPS a signé une convention pour 3 ans renouvelables avec Medetrina pour la formation en anato-physiologie, réservée aux élèves des centres de formation habilités par le SPS.

Le coût de la formation complète en elearning sera de 200 € TTC à faire sur 1 année (de date à date)

Pour suivre cette formation, l'élève doit s'inscrire sur le site :

[www.syndicat-shiatsu-formation.fr](http://www.syndicat-shiatsu-formation.fr).

Ensuite il recevra :

- Un identifiant
- Un mot de passe
- Un tutoriel d'utilisation de la plate-forme
- Une note d'information concernant les modalités de la formation

#### \* **Module de six séances de Shiatsu**

Chaque étudiant a l'obligation de recevoir au moins six séances de Shiatsu par trois praticiens différents diplômés « Spécialistes en Shiatsu », membres du SPS, pendant leur cursus. Des dérogations pourront être accordées pour les régions ou des membres du SPS ne seraient pas présents en nombre suffisant.





**\* Module étude de cas**

Dix études de cas doivent être rédigées par l'élève. Une étude de cas signifie recevoir une personne au minimum trois fois, afin que l'élève puisse suivre l'évolution dans le temps de sa pratique.

**\* Module rapport professionnel**

L'étudiant devra rédiger un rapport professionnel. Ce rapport correspondra à un journal élaboré et structuré qui fera état de son parcours. Il pourra faire part de son vécu sur les différents plans (physique, émotionnel, mental, psychologique...) concernant ses trois ou quatre années de formation.

Il abordera les aspects pratiques et théoriques ayant trait à son enseignement, mais également son rapport à l'autre, par exemple lors de ses études de cas. Il pourra également, en conclusion de son écrit, faire des propositions sur des apports qui pourraient enrichir et être aidants pour la formation du futur spécialiste en Shiatsu.

Il sera recommandé à l'élève de noter sur un journal d'itinérance personnel (sorte de journal brouillon intime) son vécu en tant qu'apprenant, sur les différents aspects de son apprentissage. C'est grâce à ce journal d'itinérance qu'il pourra, par la suite, rédiger son journal élaboré, c'est-à-dire son rapport professionnel.

Caractéristiques du rapport professionnel :

- 35 à 50 pages, marges minima de 2 cm en hauteur et en largeur ;
- caractères lisibles (corps 12) type Arial, Geneva ou Helvetica, interlignage de 1,5 ligne ;
- impression recto seul avec numérotation des pages en bas de page ;
- reliure en spirale ;
- sommaire en début d'ouvrage, sources bibliographiques en fin d'ouvrage ;
- la page de couverture du rapport professionnel devra annoncer :
  - a. le titre
  - b. le nom de son auteur
  - c. le nom du centre de formation

#### **4 - Examen professionnel**

Le Iokai Shiatsu France s'engage à faire passer un examen final conforme au dossier déposé à la commission nationale de certification professionnelle (CNCP).

Pour se présenter à l'examen professionnel, l'étudiant devra avoir poursuivi avec assiduité tout le cursus de formation de son centre de formation, et avoir validé les examens intermédiaires organisés par celui-ci.

Il devra produire un extrait de casier judiciaire de moins de 3 mois (bulletin n° 3).

Les compétences comportementales et les compétences techniques sont évaluées par deux épreuves : une épreuve pratique et une soutenance d'un rapport professionnel.

À l'issue des épreuves, le Iokai Shiatsu France fournira à la commission pédagogique du SPS la liste des élèves ayant réussi l'examen final.

En retour, la Commission Pédagogique du SPS fournira le titre professionnel de « Spécialiste en Shiatsu » pour chacun des élèves ayant réussi. Les titres seront envoyés au centre de formation qui les remettra aux nouveaux lauréats.



## Bibliographie

### **Zen Shiatsu, comment équilibrer le yin et le yang pour une meilleure santé.**

Shizuto Masunaga, Edition de la Maisnie, Guy Trédaniel, 1985.

Dans cet ouvrage qui tient lieu de référence en la matière, Shizuto Masunaga, fondateur du Iokai Shiatsu, nous explique comment équilibrer le Yin et le Yang pour une meilleure santé. Grâce à une riche expérience d'enseignant et à de nombreuses photos, ce livre représente une excellente introduction, non seulement à l'art du Shiatsu, mais aussi à une véritable philosophie de la vie.

### **Zen, Exercices Visualisés**

Shizuto Masunaga, Guy Trédaniel Editeur, 1991.

Zen, Exercices Visualisés est l'aboutissement des recherches sur les méridiens menées par Shizuto Masunaga, son successeur Kazunori Sasaki, et les étudiants du Iokai Shiatsu, durant plusieurs années. Ces exercices ont été affinés afin de rester accessibles à tous. Aussi, loin d'être figés, ils permettent de toucher du doigt le mouvement continu de la circulation du Ki, énergie vitale.

### **Les Méridiens du Shiatsu**

Yves Kodratoff – Tilman Gaebler, Guy Trédaniel Editeur, 1995.

Cet ouvrage indique de manière détaillée le trajet des "canaux" (les méridiens) au travers desquels l'énergie subtile (le Ki) circule dans le corps. La méthode de traitement présentée ici a été développée par Shizuto Masunaga sur la base des grands principes de la médecine orientale traditionnelle. L'approche pratique est facilitée par de nombreuses illustrations et photographies, ainsi que par une carte en couleur des méridiens. Ce travail a été supervisé par Kazunori Sasaki.

### **Shiatsu et Médecine Orientale**

Shizuto Masunaga Edition, Le Courrier du Livre, 1999

Recueil des études publiées dans les deux principaux supports japonais de médecine orientale, cet ouvrage constitue un document majeur dans l'œuvre écrite de Shizuto Masunaga, mais également dans la bibliographie générale du shiatsu et de la médecine orientale. Ce livre bénéficie notamment d'une traduction réalisée directement du japonais au français par Yasutaka Hanamura et Jacqueline Renaud, permettant de conserver au maximum l'expression originelle de l'auteur.

### **Les 100 récits du traitement**

Shizuto Masunaga Edition Le Courrier du Livre, 2008

Récit de traitement de Shizuto Masunaga. Traduit par Yasutaka Hanamura et Jacqueline Renaud.

### **Le livre complet du shiatsu**

Stéfania Redini, Edition De Vecchi SA, 1998.

Simple et clair, ce livre présente une introduction à la théorie énergétique orientale et aux méthodes naturelles d'harmonisation énergétique. Une séquence complète de do in et les quatre enchaînements de base de l'école Iokai y sont exposés à l'aide de photos et d'illustrations précises.

### **Le Guide du bien-être selon la médecine chinoise**

Yves Réquena - Marie Borrel, Guy Trédaniel Editeur, 2000.

Selon la médecine chinoise, notre santé et notre équilibre dépendent des relations que nous entretenons avec le monde qui nous entoure. Ce livre se présente tout à la fois comme un guide pratique, un test de 40 questions et un manuel d'utilisation des qi gong, des huiles essentielles et autres moyens naturels.

### **La solution intérieure, vers une nouvelle médecine du corps et de l'esprit**

Thierry Janssen

Edition Fayard, 2006.

Docteur en médecine, chirurgien et psychothérapeute spécialisé dans l'accompagnement de malades, l'auteur explore les nombreuses facettes de la guérison y compris au contact des guérisseurs traditionnels et des praticiens orientaux, apportant son "œil" scientifique sur les médecines alternatives, les effets dévastateurs du stress, la relaxation, la méditation et le placebo.