Programme de Formation

Techniques de toucher par la pression : le shiatsu dans l'approche corporelle du patient

Organisation

Durée : 28 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique

Public visé

Tout professionnel du soin, secteur sanitaire et médico-social

Objectifs pédagogiques

Développer ses compétences concernant le toucher par la découverte de techniques par pression inspirées par le shiatsu (dos, visage, pieds et mains).

Situer ces techniques de toucher par la pression dans sa pratique professionnelle éducative et soignante: indications et contre-indications.

Description

Le Shiatsu (littéralement « pression des doigts ») est une technique de toucher d'origine japonaise qui se pratique sur le corps habillé et dont certains gestes peuvent se pratiquer facilement dans les soins au quotidien. Cette formation permet aux professionnels d'approfondir leurs compétences concernant le toucher comme médiation corporelle en s'initiant à certains gestes du Shiatsu et à certaines pratiques permettant au professionnel du soin de se préparer à ces gestes (do in, qi gong). Il sera par la suite question des indications et contre-indications selon un contexte et un public précis : se servir du toucher par la pression inspiré par le Shiatsu pour apporter détente et bien-être, prendre appui sur ces techniques pour contenir des angoisses, apaiser et prévenir le stress, calmer certaines douleurs, proposer des formes de communication non-verbale, intégrer cette approche non médicamenteuse dans une pratique de soin, d'accompagnement et de prévention.

Découvrir les principes de base et l'universalité de la médecine chinoise traditionnelle (MTC)

- Le Qi, les méridiens et organes associés.
- Leurs correspondances du point de vue de la MTC (fonctions, caractéristiques psychiques, émotions...).
- Les 5 éléments.

Cerner les fondements dans l'approche corporelle du patient en pratiquant des gestes de Shiatsu :

- Se rendre disponible, préparer le contact et s'adapter corporellement et mentalement dans la relation à l'autre : techniques de relaxation et étirements (respiration, centrage qi gong, do in, méditation).
- L'installation et la juste position du praticien.
- Expérimenter des techniques propres au Shiatsu :
  - Le shiatsu du dos.
  - Le shiatsu des pieds et des mains.
  - Le shiatsu du visage.

Expérimenter les bienfaits en pratiquant sur soi (do in du visage, de la main...)

Apprendre des gestes de base pour se familiariser avec des techniques apparentées

- Techniques d'auto-massage.
- Do In.
- Massage assis (amma) qui permettront aux professionnels de s'adapter à leur contexte d'intervention.

Situer les techniques de toucher par la pression dans sa pratique professionnelle soignante : indications et contre-indications

- Stimulation des fonctions organiques et psychiques.
- Apaisement émotionnel.
- Antalgie.
- Conscience du corps.

Mettre en projet le toucher par pression dans sa pratique professionnelle :

- Définir le cadre.
- Consignes préalables.
- Déontologie du shiatsu.
- Séance type adaptée à un contexte et un public précis.

Prérequis

Aucun

Modalités pédagogiques

Nos méthodes pédagogiques s'articulent selon deux axes :

- Une activité cognitive pour l'acquisition des connaissances théoriques et pratiques, associée à une démarche interactive et participative, elle engage les participants à co-construire avec l'intervenant la dynamique du processus pédagogique.
- Une analyse des pratiques professionnelles : basée sur l'étude de cas et situations cliniques, elle favorise l'intégration des contenus à travers le partage des expériences.

Moyens et supports pédagogiques

Des **ateliers pratiques** : les participants expérimentent différents dispositifs à médiation et la dynamique de groupe. Une démarche expérientielle pour acquérir des techniques, développer des compétences relationnelles, ses propres possibilités d'expression et sa créativité, préciser les spécificités de chaque technique à médiation rencontrée (cf. approche pédagogique basée sur le néo-constructivisme).

Chaque atelier pratique est soumis à l'analyse réflexive. Les professionnels font des liens avec leur pratique pour élaborer un projet : chaque participant évoque avec l'intervenant et le groupe des situations concrètes pour argumenter le choix d'une technique à médiation spécifique selon le projet personnalisé ou le projet thérapeutique de la personne, etc.

Les ateliers pratiques font partie intégrante de l'évaluation en continu : par le formateur, par l'auto-évaluation et le feed-back par le groupe.

Nos **supports pédagogiques** reposent sur des références actualisées (scientifiques, réglementaires, organisationnelles, méthodologiques, etc.).

Modalités d'évaluation et de suivi

Un dispositif adaptable d'évaluation est mis en place en fonction des besoins et demandes spécifiques du client :

- Questionnaire en amont pour cerner les attentes et besoins du/de la stagiaire.
- Évaluation des connaissances au début de la formation.
- Évaluation des acquis en continu : quiz, questionnaires, étude de cas, mises en situation.
- Évaluation des acquis en fin de formation donnant lieu à la délivrance d'un certificat de réalisation.
- Questionnaire individuel de satisfaction.
- Questionnaire « à froid » 3 mois après la formation (dispositif optionnel).