

Edition 13/2018

SHIATSU



SHIATSU 

Shiatsu Gesellschaft Schweiz
Association Suisse de Shiatsu
Associazione Svizzera di Shiatsu

Thème phare de cette édition
Collaboration interdisciplinaire

Editorial

CHÈRES LECTRICES, CHERS LECTEURS,

Qu'est-ce qui caractérise le travail professionnel dans le Shiatsu ? Ce sont certainement les connaissances qui concernent la méthode, son application et son effet ainsi que ses limites qui se trouvent au cœur du professionnalisme. Cependant, depuis bientôt trois ans, la thérapie complémentaire Shiatsu est aussi une profession reconnue au niveau fédéral et c'est l'identification de la méthode et le profil professionnel qui nous donnent une description approfondie des caractéristiques de base du travail en thérapie complémentaire. Ainsi, les thérapeutes de Shiatsu sont par exemple tenus, selon le profil professionnel, à respecter des principes éthiques. Une interview qui aborde ce thème examine des situations concrètes au cabinet où l'éthique professionnelle entre en jeu. Un autre aspect qui concerne la professionnalisation du Shiatsu dans le cadre de la thérapie complémentaire est le concept des phases de processus – c'est le sujet d'un article qui met en lumière la façon dont ces phases se montrent concrètement pendant le traitement, en développant des exemples issus de la pratique. Une autre contribution portant sur le thème du travail thérapeutique complémentaire s'intéresse à l'importance des attitudes dans le contexte des compétences opérationnelles de la thérapie complémentaire. Elle pose des questions comme : « Quelle est l'influence de l'attitude sur le processus thérapeutique et quels effets peuvent avoir les différentes attitudes ? » Cette édition contient aussi un article qui aborde le thème de la grossesse et comment les futures mères – comme les pères – peuvent être soutenues par le Shiatsu. Par ailleurs, une autre contribution examine la question « Qu'est-ce que le handicap ? » et comment nous pouvons approcher des personnes souffrant de handicaps

à travers le Shiatsu – par exemple en comprenant les handicaps comme des capacités personnelles. Les schémas dits « anormaux » se révèlent être des compétences individuelles d'une personne et n'ont donc pas besoin d'être « corrigés ». La personne est bien, telle qu'elle est. Enfin, nous continuons, comme dans les éditions précédentes, à traiter le sujet de la collaboration interdisciplinaire. Cette année au moyen d'un exemple du domaine de la psychiatrie respectivement de la psychothérapie et d'un entretien avec une thérapeute de Shiatsu au sujet des possibilités et limites de la thérapie de Shiatsu.

Nous vous souhaitons une agréable lecture !
Votre commission de rédaction



04 | THÉORIE ET PRATIQUE

- 04 | Un entretien entre Sabine Bannwart Morawetz et Barbara Ettler – Que signifie agir de manière éthique dans la pratique ?
- 06 | Daniel Schneitter – L'influence fondamentale de l'attitude sur la thérapie
- 10 | Sabine Bannwart Morawetz – Le Shiatsu en tant que méthode de la thérapie complémentaire s'appuie sur quatre phases de processus

14 | PRATIQUE

- 14 | Bill Palmer – Les handicaps sont des capacités individuelles
- 18 | Carolina Hügi – Shiatsu et grossesse – accompagner un processus unique

23 | COLLABORATION INTERDISCIPLINAIRE

- 23 | Anita-Ursina Studach-Grass – Une communication claire des possibilités et des limites crée la confiance
- 25 | Danièle Dell'Ava – Un large éventail de thérapies sous un même toit

28 | ANNONCES

32 | IMPRESSUM

32 | SHIATSU-SHOP

Que signifie agir de manière éthique dans la pratique ?

Selon leur profil professionnel, les thérapeutes complémentaires ont l'obligation de respecter les principes éthiques de la profession dans leur activité. Ils se conforment au cadre juridique, travaillent de manière compétente et respectent leurs limites au niveau professionnel et personnel. Qu'est-ce que cela veut dire dans la pratique ? Voici quelques exemples concrets.

UN ENTRETIEN ENTRE SABINE BANNWART MORAWETZ ET BARBARA ETTLER

Barbara Ettler (BE) : Imaginons d'abord la situation suivante : une nouvelle cliente prend rendez-vous et dit au téléphone qu'elle a envie de prendre soin d'elle et qu'elle aimerait désormais recevoir régulièrement des traitements de Shiatsu. Dans le cadre de la définition des objectifs, lors du premier rendez-vous, la femme utilise le terme « wellness » et ne mentionne pas de troubles. Quelle est ta réaction en tant que thérapeute ?

Sabine Bannwart Morawetz (SB) : Dans ce cas-là, il est question de prévention. Celle-ci est explicitement remboursée par certaines caisses maladie dans le cadre de la prévention pour la santé. Mais d'autres caisses excluent la prévention. Bien évidemment, il est utile d'avoir recours au Shiatsu comme prévention pour une meilleure santé. Mais sur la facture adressée à l'assurance maladie, nous devons indiquer « prévention ». Il faut informer la cliente que certaines caisses ne remboursent pas ces prestations.

SB : Au secrétariat de l'Association Suisse de Shiatsu, nous recevons régulièrement des questions concernant

des conflits d'intérêt. D'abord, il peut s'agir de parents proches. Un membre par exemple avait demandé comment il fallait réagir lorsque sa sœur, qui souffre d'une maladie psychique, lui avait demandé un traitement de Shiatsu. Qu'en dit l'association ?

BE : L'association recommande généralement de ne pas traiter des proches, surtout s'il faut effectuer un travail axé sur le processus, selon les troubles. Dans le cas de l'exemple ci-dessus, on se trouve en présence d'un conflit d'intérêt et l'objectivité de l'observation et du travail de la part de la thérapeute n'est pas garantie. L'Association de Shiatsu recommande dans ces cas-là de diriger la personne vers une ou un collègue professionnel.

Si la cliente souffrait d'un trouble physique suite à un accident par exemple qui peut être soulagé par du Shiatsu, un traitement serait éventuellement envisageable. En tous les cas, une garantie de prise en charge des coûts doit être demandée à la caisse maladie en spécifiant le lien de parenté. Les différentes caisses maladie n'agissent pas de la même manière en cas de traitement d'un membre de famille. Il y en a qui couvrent les coûts, d'autres excluent explicitement un remboursement si on traite les membres de sa famille.

SB : Un autre exemple : une thérapeute a posé la question à l'association comment il fallait réagir dans le cas où l'enseignante de son fils de 9 ans voulait venir en traitement de Shiatsu. L'enseignante souffrait de symptômes d'épuisement.

BE : Au vu du conflit d'intérêt dans ce cas, il est également recommandé de ne pas traiter l'enseignante et de diriger la cliente vers un ou une autre thérapeute.

SB : Lors d'une supervision, une thérapeute a évoqué une question en relation avec la facturation. Quel était le contenu de la supervision ?

BE : Une thérapeute de Shiatsu exerçant en tant que telle depuis de nombreuses années, avait suivi l'année passée une formation de coaching et a posé la question comment il fallait facturer le coaching, vu que l'entretien accompagnant fait partie du Shiatsu. Mais si l'entretien prend trop de place, les minutes ne peuvent être facturées en tant que Shiatsu et donc sous le tarif 1200. Dans ce contexte, l'association souligne que des prestations comme par exemple un massage classique ne peuvent être facturées en tant que Shiatsu. Si les thérapeutes ne sont pas inscrits auprès du RME pour une certaine méthode, les clientes et clients doivent payer cette prestation de leur poche et elle doit être indiquée séparément sous le tarif 999 sur la facture.

BE : Encore un exemple concernant le traitement de personnes qui sont représentées par un tuteur. Tu m'as raconté qu'une de tes clientes t'a envoyé sa fille de 21 ans qui a un handicap physique et mentale en traitement de Shiatsu. Comment as-tu réagi ?

SB : En passant par son foyer, j'ai fixé trois rendez-vous avec la fille et en ai informé la mère. La jeune femme souffre d'une infirmité motrice cérébrale, a beaucoup de spasmes et peut à peine parler. Mais elle comprend très bien et peut répondre à des questions fermées et clairement formulées en hochant la tête en signe d'approbation ou de négation. Mon but était de clarifier avec elle lors de ces trois rendez-vous, si elle désirait réellement suivre un traitement de Shiatsu. Il s'est avéré que le Shiatsu n'était pas adapté comme thérapie pour elle, bien qu'elle l'apprécie.

SB : Il y a toujours des questions concernant le secret professionnel et sa signification concrète au sein d'un cabinet de thérapie complémentaire. Un sujet important – mais que comprend le secret professionnel au juste ?

BE : Le secret professionnel se base sur la protection des données et concerne tout ce que les clientes et clients montrent et communiquent lors du processus thérapeutique ainsi que ce que les thérapeutes observent lors de ce processus. Le fait même que les personnes suivent une thérapie est soumis au secret professionnel.

« Le secret professionnel est également applicable envers les caisses maladie. »

Par conséquent, les thérapeutes complémentaires ont l'obligation de garder le secret concernant :

- _ le fait que quelqu'un suit une thérapie
- _ les données personnelles comme le nom et d'autres données
- _ le diagnostic médical et le bilan spécifique à la méthode
- _ le type et le contenu du traitement
- _ toute autre information que les thérapeutes apprennent au cours d'un traitement

SB : Envers qui le secret professionnel s'applique-t-il ?

BE : Le secret professionnel est applicable envers tout le monde. Il est notamment valable face à des collègues ou également face à la propre famille. Le secret professionnel est également applicable envers les caisses maladie. Si un rapport doit être transmis à une caisse maladie, l'association recommande d'en demander l'autorisation à la cliente ou au client sous forme écrite.

L'influence fondamentale de l'attitude sur la thérapie

Beaucoup de thérapeutes se préparent au diplôme fédéral et dans ce contexte, ils étudient le profil professionnel de la thérapie complémentaire (TC) de manière plus approfondie. Comment les compétences opérationnelles exigées des thérapeutes complémentaires se manifestent-elles dans le travail concret et pratique du Shiatsu ?

ENTRETIEN AVEC DANIEL SCHNEITTER MENÉ PAR BARBARA ETTLER

Nous rencontrons différentes compétences opérationnelles dans le profil professionnel – quelle est leur signification ?

La compétence opérationnelle représente la somme de tous les moyens d'action d'une personne, reflète sa capacité à s'organiser pour agir et se comporter correctement dans une situation donnée et d'exécuter des tâches et des activités professionnelles de manière ciblée, adéquate, autonome et flexible. La compétence opérationnelle est composée de connaissances, d'aptitudes et d'attitudes.

Les connaissances et aptitudes sont tangibles. Mais qu'en est-il des attitudes ?

Les attitudes reposent sur des approches, des convictions, des croyances, des opinions, des sentiments, des inclinations, des conditionnements et des valeurs. Elles sont constamment transposées dans nos communications à travers notre comportement. Le neurobiologiste Gerald Hüther le décrit bien avec ces mots : « Nous ne commu-

iquons jamais ce que nous avons appris – nous communiquons toujours qui nous sommes. » Inconsciemment, nous communiquons donc constamment nos attitudes, de manière verbale et non verbale. Ceci se répercute aussi fortement sur le travail thérapeutique.

En tant que thérapeutes, nous avons le choix de considérer les troubles de nos clientes et clients comme des handicaps qui doivent être soignés ou comme un appel à la compréhension et à l'action qui les fera progresser. Ces différentes attitudes influencent notre travail thérapeutique et le processus de l'accompagnement de manière substantielle.

Si nous adoptons un comportement qui est focalisé sur le traitement des problèmes, il est important de recueillir des informations pertinentes afin de pouvoir donner les impulsions justes qui permettent à la situation de changer. Lors d'une telle approche, les thérapeutes interviennent à titre d'experts dans la « recherche de défaillances » et les clientes et clients sont plutôt passifs. Si toutefois nous comprenons la situation d'une personne

comme l'expression de sa personnalité, nous pouvons l'inviter à entrer en contact avec soi-même et l'expression physique de son état, un peu comme dans une « chasse au trésor », en portant son attention sur les endroits et les thèmes qui surgissent. La première approche correspond plutôt à une attitude pathogène, la deuxième à une attitude « salutogène » préconisée par la thérapie complémentaire.

Pouvons-nous changer nos attitudes ?

Je voudrais m'appuyer sur mon expérience personnelle et mettre en évidence comment j'avais été influencé par mes propres attitudes, comment elles se sont transformées et comment ceci a modifié mon Shiatsu.

Parmi les fortes motivations de travailler dans le domaine thérapeutique, il y avait mon besoin de toucher et mon désir d'aider les autres. J'ai commencé ma formation de thérapeute de Shiatsu avec beaucoup d'enthousiasme et d'engagement. Dans les premières années de ma pratique de Shiatsu, mon approche était plutôt marquée par la notion de traiter. J'investissais beaucoup de temps et d'intérêt dans le développement de ma perception, dans l'apprentissage de techniques efficaces et dans la compréhension du contexte afin de pouvoir « aider » au mieux ma clientèle. Mes questions et bilans visaient à trouver l'approche qui promettait un maximum d'efficacité. En ce faisant, j'étais très actif et ma clientèle plutôt passive.

Dans le cas de certaines personnes, cette manière de faire n'apportait toutefois pas le succès désiré. En parallèle, en tant que client, je faisais l'expérience de ma réaction particulièrement sensible aux solutions que d'autres me proposaient. Bien que théoriquement leurs solutions semblaient tout à fait justifiées, j'avais l'impression d'être dans une position de faiblesse au lieu de me sentir fortifié. Durant cette période, j'étudiais de manière approfondie les méthodes de l'apprentissage coopératif, et je me suis rendu compte que le processus thérapeutique était avant tout un processus d'apprentissage. Reprenant une pensée de Confucius, ceci veut dire : « Nous oublions facilement ce qu'on nous explique, nous nous rappelons de ce qu'on nous montre, et ce que nous faisons nous-mêmes nous permet de comprendre. » Ceci m'amenait progressivement à remettre en question mon rôle et mon comportement et à réfléchir à mon besoin « d'aider ».



Une autre attitude murissait en moi. Je commençais à comprendre les clientes et clients comme les experts de leur vie. J'ai réalisé qu'ils portent les solutions à leurs problèmes déjà en eux. Je prenais conscience du fait que l'effet d'apprentissage était d'autant plus important et durable qu'ils étaient en mesure de contribuer activement à leur processus. Mon approche a alors considérablement changé. Mes questions visaient désormais à affiner leur attention et développer leur conscience.

Je m'inspirais de différentes techniques de conduite d'entretien issues de la thérapie brève orientée vers les solutions, de la psychologie transpersonnelle, de l'approche idiolectique et du focusing et j'ai trouvé avec le Movement Shiatsu une approche qui exprime

cette attitude de manière optimale. Aujourd'hui, la motivation d'aider autrui influence beaucoup moins mon travail.

Les clientes et clients en tant qu'experts de leur vie – comment cela se manifeste-t-il concrètement dans le Shiatsu ?

Normalement les clientes et clients viennent avec des problèmes. Plutôt que de focaliser sur leur problème, je les invite à explorer leurs possibilités. Le fait de d'abord mettre en lumière leurs aptitudes et ressources s'avère souvent être utile. Je peux par exemple les encourager à ressentir les endroits qui leur paraissent forts et stables – des parties du corps qui les habilent. Je les laisse explorer ces zones jusqu'à leurs limites. A l'image des marées, les crues des aptitudes et ressources atteignent la zone problématique et une puissante dynamique s'installe qui les aide à sentir comment gérer leurs difficultés. Pendant cette exploration, les personnes sont dans un rôle actif et co-créateur.

Les solutions que les personnes trouvent par elles-mêmes sont toujours très émouvantes et surprenantes. Ces réponses personnelles sont plus facilement réalisables, plus précises et plus durables que celles proposées par les thérapeutes.

« Les solutions que les personnes trouvent par elles-mêmes sont toujours très émouvantes et surprenantes. Ces réponses personnelles sont plus facilement réalisables, plus précises et plus durables que celles proposées par les thérapeutes. »

Une approche pratique est par exemple le toucher feedback, qui a été développée par Bill Palmer dans le Movement Shiatsu. Cette forme de communication et de toucher stimule la conscience corporelle de la personne. Elle lui permet de sentir ce dont elle a

besoin, de demander un travail corporel spécifique et adapté et de dire « non » à des propositions qui ne lui conviennent pas. Cela l'aide à se sentir bien dans son corps et à percevoir davantage ses besoins, sa beauté et sa nature unique.

Quel rôle revient aux thérapeutes dans ce genre de thérapie ?

Dans ce concept thérapeutique, une thérapie constructive implique que les clientes et clients se sentent protégés au sein d'un espace thérapeutique sécurisé. Ainsi, leurs forces et faiblesses peuvent se montrer. Les parties refoulées, les blessures profondes et les difficultés ne se montrent souvent qu'après qu'une relation de confiance durable n'ait été construite.

D'autre part, il est important d'offrir assez de résistance pour créer un défi et initier des changements. Passer de manière adéquate de la protection au défi et vice versa est tout un art. Il s'agit de donner aux clientes et clients la possibilité de mener le processus et de les encourager à bien reconnaître leurs besoins pour être en mesure de demander ce qui leur fait du bien.

Le travail orienté sur le processus – qu'est-ce que cela veut dire dans la pratique ?

Le besoin de la personne doit être clarifié avec précision pour pouvoir faire un travail orienté sur le processus. Qu'est-ce qu'elle souhaite ? Qu'est-ce qui doit se passer – changer ? Son besoin est le point de référence, autour duquel tournent l'exploration et la recherche. Les besoins changent souvent au cours du processus, c'est pourquoi il est important de se renseigner régulièrement auprès de la personne.

L'activité alterne entre la cliente et le thérapeute. En tant que thérapeute, je l'assiste et en même temps je m'efforce de rester à l'arrière-plan, afin de lui offrir la possibilité de faire une expérience directe. En passant par exemple par une zone que je sens imprégnée d'une certaine thématique, j'invite la personne aussi verbalement à explorer cet endroit et la thématique. Les expériences et le pro-

cessus de transformation qui sont déclenchés par le vécu corporel apportent souvent des solutions inattendues et réalisables.

Quels sont les points importants qui doivent être pris en considération lors d'une communication verbale pendant un traitement ?

Pour accompagner le traitement par un échange verbal constructif, il faut tenir compte de plusieurs points. Les conditions suivantes doivent être remplies afin que la communication soit vécue de manière constructive pendant le traitement :

- _ la personne reste consciente de son corps et de ses perceptions pendant qu'elle parle
- _ la personne est apte à ressentir son centre et peut rester centrée
- _ la personne a confiance en soi et en sa thérapeute ou son thérapeute

Quand la personne est totalement épuisée, il n'est souvent pas approprié de stimuler son activité mentale. Il serait plutôt souhaitable qu'elle apprenne à sentir son état d'épuisement et à exprimer son besoin actuel au début du traitement.

Quelles opportunités offre ce genre de travail thérapeutique ?

Une approche « salutogène », au sens des bases de la thérapie complémentaire, ne devient possible qu'avec une attitude qui accorde à nos clientes et clients d'être experts de leur vie et qui leur donne la possibilité d'apporter une contribution active au processus thérapeutique. Dans la « salutogenèse » – qui étudie la genèse de la santé – la santé est comprise comme un processus dynamique qui se façonne de manière autonome et responsable.

Quelle est l'importance de notre attitude dans le travail thérapeutique ?

Les attitudes constituent la base – le fondement de la compétence opérationnelle – sur laquelle les aptitudes et les connaissances pourront véritablement se développer.

Voilà pourquoi il me semble essentiel d'être pleinement conscient de son attitude et d'y réfléchir. Ce n'est que lorsque nos connaissances, nos aptitudes et nos attitudes interagissent de manière constructive dans un contexte donné que nous devenons compétents et aptes à maîtriser des situations inattendues et complexes.



Le Shiatsu en tant que méthode de la thérapie complémentaire s'appuie sur quatre phases de processus



Dans toutes les phases de processus de la thérapie complémentaire (TC), l'interaction silencieuse et verbale est d'une importance fondamentale. Dans le silence, des schémas, des blocages cachés ou encore des thèmes personnels importants qui n'ont pas pu être exprimés au début de la séance peuvent apparaître. Des tensions se libèrent, le mental se calme. L'entretien thérapeutique qui porte sur les habitudes, les difficultés, les symptômes physiques et les perceptions corporelles avant, pendant et après le Shiatsu aide à nommer concrètement les facteurs de stress. Ainsi, il devient possible d'activer ensemble les ressources des clientes et clients et de développer et d'augmenter leur résilience et leur autorégulation. Leurs symptômes donnent des informations sur les causes profondes de leurs troubles et ne sont pas directement traités mais plutôt considérés comme une opportunité de développement.

SABINE BANNWART MORAWETZ

Les différentes phases de processus qui constituent le Shiatsu en tant que méthode de la thérapie complémentaire sont la « rencontre », le « travail », l'« intégration » et le « transfert ». Elles ont été décrites en détail dans le dernier magazine *Shiatsu* par Barbara Ettler. Il s'agira ici de présenter les phases sous un angle pratique, à l'aide de différentes situations de traitement concrètes.

RENCONTRE

Une femme de 49 ans a déjà eu recours au Shiatsu dans le passé, cependant elle vient pour la première fois dans mon cabinet. Son dernier traitement de Shiatsu remonte à plusieurs années. Dans un e-mail, la cliente mentionne au préalable que le Shiatsu l'a beaucoup aidé à mieux gérer ses thématiques, et c'est pourquoi elle apprécie tant

le Shiatsu. Lors de notre première rencontre, je remarque une certaine réserve de sa part. Elle me dit clairement qu'elle voudrait d'abord ressentir l'effet de mon Shiatsu avant de me recontacter. Elle me dit aussi que la raison de sa venue est le « wellness ». Son regard clair est aussi un peu timide, et elle parle avec prudence, mais de manière très précise. Elle semble savourer la vie avec tranquillité.

Je me rends compte qu'elle lit sur mes lèvres et c'est à ce moment-là qu'elle me dit qu'elle est malentendante. Maintenant je comprends sa façon précise avec laquelle elle décrit ses autres perceptions sensorielles. Ses perceptions et sensations corporelles semblent être très développées. Son handicap a aiguisé ses autres sens. Je peux donc lui poser des questions précises sur ses perceptions et sur ce qu'elle a tellement apprécié dans le Shiatsu par le passé.

Elle me confie dans ce premier entretien qu'elle souffre depuis longtemps d'une affection rhumatismale et qu'elle ressent des douleurs migrantes et des pincements. Elle affirme que le Shiatsu a beaucoup soulagé les douleurs dans son poignet et qu'elle a pu éviter les médicaments et une opération pendant trois ans. Comme elle tient à pouvoir renoncer aux médicaments, elle veut revenir au Shiatsu. Elle dit être régulièrement suivie par des rhumatologues. Après tout, le « wellness » est devenu une thématique beaucoup plus complexe. Nous décidons qu'elle ressent bien pendant le premier traitement si « le courant passe » entre nous, si elle perçoit le toucher comme étant agréable et si le Shiatsu a des effets positifs. Les points les plus importants lors de la rencontre avec cette cliente étaient la conduite respectueuse et empathique de l'entretien, la valorisation de ses perceptions sensorielles, le toucher attentif et respectueux pendant le traitement et la perception d'informations qui restaient dans l'ombre au début de la séance.

CONCLUSION

Lors de la phase de la rencontre, il s'agit de comprendre l'être humain dans sa globalité, tenant compte de ses troubles, de ses habitudes et conditions de vie ainsi que de ses sentiments. En règle générale, la phase de la rencontre prend plus de temps pendant la première séance. Mais dans le travail orienté sur le processus, la phase de la rencontre revient régulièrement, et un entretien devrait être planifié tous les huit à dix séances pour faire un bilan intermédiaire. Lors de cette nouvelle rencontre, on évalue ensemble l'évolution de la thérapie, on vérifie les objectifs et on en fixe de nouveaux si nécessaire.

TRAVAIL

L'exemple suivant ne traite pas du toucher Shiatsu habituel, mais il décrit une phase de travail pendant une crise d'angoisse aiguë lors d'un traitement. Un homme de 30 ans, atteint de troubles mentaux, souffre de spasmes et de troubles anxieux très contraignants. Il ne parle guère et éprouve beaucoup de difficultés à comprendre les paroles compliquées, le dialogue est donc presque impossible.

Depuis trois ans, le jeune homme vient une fois par mois pour une séance de Shiatsu. Le Shiatsu est pour lui un

moment de lâcher-prise où il peut ressentir l'amour, l'espace, la confiance et une certaine sécurité. Pour un court laps de temps, il peut totalement se détendre. Le Shiatsu lui permet de se vivre de façon positive, aussi au niveau physique, et de se laisser toucher de manière bienveillante. La situation lors d'une séance qui s'était passée il y a une année environ, était toute-fois exceptionnelle. Son angoisse était extrêmement présente. Il paniquait. Toutes les méthodes auxquelles j'avais recours d'habitude ne montraient aucun effet. C'est alors que je me suis souvenue d'un exercice de détente que j'avais appris dans une formation continue il y a quelques années : nous avons tous les deux tiré la langue et baillé sans retenue. J'accompagnais la situation verbalement et je chassais les créatures effrayantes qu'il percevait dans la pièce.

« La phase du travail peut prendre des formes variées et individuelles. »

A travers mes mains j'étais en contact avec lui, avec son thorax et son centre, ce qui était essentiel. Cette proximité physique soutenait l'accompagnement verbal. J'ai été stupéfaite par l'effet presque immédiat de cette technique de détente. Le client était de nouveau en mesure de respirer calmement, il se couchait sur le matelas et fermait les yeux. La crise était surmontée, il lui était de nouveau possible de profiter du Shiatsu et d'atteindre la détente tellement importante pour lui après une heure. Dans cette situation, le travail sous forme d'une gestion infantile de la peur avait été la solution. Elle avait permis à mon client de détendre de manière très simple son corps crispé et spastique, son mental incapable de la moindre pensée rationnelle et son âme figée par la peur.

CONCLUSION

Lors de la phase du travail, il s'agit d'être en résonance avec les personnes. En règle générale, nous travaillons avec les outils de la méthode : le toucher, le mouvement, le travail respiratoire et énergétique. Il est parfois judicieux d'accompagner verbalement cette étape du processus, afin de faciliter aux personnes la perception des sensations de leur propre corps. Dans l'exemple ci-dessus, l'échange verbal est difficile en raison d'un handicap du

client. Mais l'exemple montre clairement que la phase du travail dans le Shiatsu peut prendre des formes variées et individuelles.

INTÉGRATION

L'exemple suivant parle d'une cliente de 39 ans qui souffre de la maladie de Bechterew. Lors de la première et de la deuxième séance, elle me communique de manière non verbale, à quel point elle voudrait pouvoir lâcher ses épaules. Avant la troisième séance, lors de l'entretien, elle exprime le souhait suivant : « J'ai un désir particulier : aujourd'hui je voudrais lâcher et te confier totalement mon bras et mon épaule. Penses-tu que nous pourrions essayer cela ? » Elle me guide pour trouver la bonne position, de mon côté je fais également des propositions. Quand nous avons trouvé la bonne position pour elle, nous y restons pendant plusieurs minutes. Des tressaillements se manifestent, la respiration change et le calme s'installe. Au cours de l'entretien qui suit, la cliente témoigne de sa prise de conscience nette de son désir de pouvoir lâcher la douleur ainsi que de l'apparition de certaines images de son travail en tant que psychologue. Cela lui arrive de ramener les problèmes du travail chez elle quand la distance par rapport à ses patientes et patients n'est pas idéale. Je mentionne ses tressaillements et le changement de sa respiration de tout à l'heure, et elle passe encore une fois en revue ses sensations corporelles. Ceci lui permet de clairement nommer ce qui s'était passé à ce moment-là lors de notre réflexion commune à la fin de la séance. La prochaine fois, nous prenons cette découverte comme point de départ.

CONCLUSION

Les phases d'intégration se montrent parfois très clairement dans un traitement de Shiatsu, mais souvent l'intégration se fait aussi dans le silence. Aborder ces moments à la fin du traitement afin de les rendre compréhensibles et profiter d'une prise de conscience à travers le corps, est une partie importante du travail orienté sur le processus. Le Shiatsu devient alors un processus créatif commun, et la thérapie peut évoluer.

TRANSFERT

En ce qui concerne la phase du transfert, je voudrais continuer avec l'exemple de la même cliente. Après

l'entretien décrit ci-dessus et l'identification de la thématique, nous nous sommes mises en quête d'idées susceptibles d'aider ma cliente à mettre en place un rituel en fin d'après-midi d'une journée de travail, dans l'objectif de pouvoir se libérer des problèmes de sa clientèle et de pouvoir rentrer le cœur léger à la fin de la journée. La cliente part avec la tâche de trouver un rituel qui lui convient pour la prochaine séance.

CONCLUSION

Le transfert a comme objectif de rendre l'expérience du traitement profitable au quotidien et d'en assurer la durabilité. Souvent, les troubles mentionnés s'atténuent ou la personne apprend simplement à mieux gérer ses douleurs. Les tâches et les exercices doivent être adéquats et réalistes. Trop de tâches complexes ou des exercices fastidieux peuvent décourager la personne et l'objectif d'un transfert de l'expérience au quotidien ne serait pas atteint.

POUR OBTENIR DES INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES À CE SUJET VEUILLEZ CONSULTER :

Profil professionnel et bases de la thérapie complémentaire

www.oda-kt.ch/fr/documents

Identification de la méthode

www.oda-kt.ch/fr/methodes-de-la-thérapie-complémentaire

Thérapie complémentaire : les 4 phases d'un traitement de Shiatsu

www.shiatsuverband.ch/les-4-phases-dun-traitement-de-shiatsu/?lang=fr

Magazine *Shiatsu* 2017, page 30 : contribution de Barbara Ettler « Les phases de processus de la thérapie complémentaire dans le Shiatsu »

Les handicaps sont des capacités individuelles

C'est avant tout le travail avec des personnes dites « handicapées » qui m'a fait découvrir les principes fondamentaux qui ont finalement mené au Movement Shiatsu. Le Movement Shiatsu constitue un ensemble cohérent, composé d'un travail corporel, d'exercices de conscience physique et d'explorations du mouvement. Au lieu d'avoir un rôle passif, les personnes participent activement au traitement, accompagnées par les thérapeutes dans leur exploration du corps et de leur être tout entier.

BILL PALMER*

Le Movement Shiatsu se base sur la théorie selon laquelle la posture et les mouvements qui s'établissent dans la vie d'un enfant ont été influencés par la manière avec laquelle il avait pu développer sa compétence motrice. Le Movement Shiatsu travaille aussi dans l'idée que le feedback sensoriel de la posture et des mouvements influence le développement de la personnalité. En d'autres termes : la capacité d'un bébé à développer un mouvement semble correspondre au développement d'une certaine qualité de sa personnalité, bien qu'il soit impossible de dire si le mouvement crée la qualité de la personnalité ou si la personnalité amène le bébé à bouger d'une certaine manière. Je pense que le fonctionnement physique et le fonctionnement émotionnel sont deux aspects du même phénomène. Il est évident que

la personnalité s'exprime à travers la posture et il est vrai aussi qu'un changement de posture modifie l'expérience personnelle.

QU'EST-CE QUE LE QI ?

Je pense que la relation entre le corps et l'esprit est la véritable signification de ce que la médecine chinoise appelle le Qi. Le Qi se traduit souvent par « énergie », mais cela renvoie à l'image d'une substance qui coule à travers le corps et qui agit comme force motrice sur le fonctionnement de l'organisme. Je préfère comprendre le Qi comme une description de la similarité entre certains processus physiques et psychiques qui indique qu'ils ont une origine commune.

La Médecine Traditionnelle Chinoise mentionne plusieurs formes différentes de Qi qui peuvent être comprises

comme des fonctions fondamentales tant de l'esprit que du corps. La capacité de satisfaire ses besoins et celle de rejeter ce dont on n'a plus besoin par exemple sont des aspects fondamentaux de l'autonomie physique mais aussi psychique. Le processus de l'ingestion, de la digestion et de l'élimination est un exemple physique de cette fonction, mais ces aptitudes font bien sûr aussi partie de l'intelligence émotionnelle. En médecine chinoise, cette fonction s'appelle Yang Ming (la combinaison du méridien de l'Estomac et du Gros Intestin).

Peut-être que les expériences de l'esprit et du corps ne sont-elles qu'une perception différente de la même chose. D'un point de vue thérapeutique, on peut considérer les différentes sortes de Qi comme l'abstraction d'une réalité plus profonde. Ainsi, il est possible de travailler physiquement avec un problème ressenti sur le plan émotionnel et vice versa.

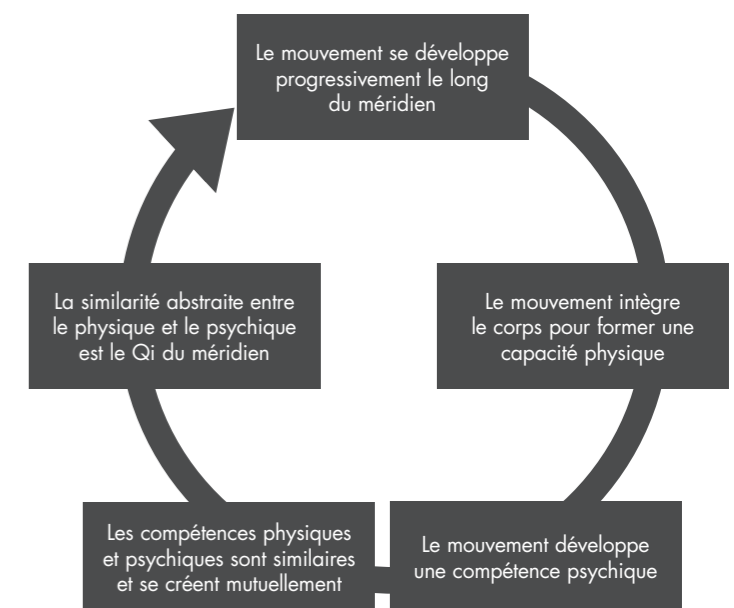
LES BÉBÉS EXPLIQUENT LES MÉRIDENS

L'idée de l'existence de méridiens, de canaux transportant le Qi que se fait la médecine chinoise, n'a pas de sens pour moi. Si le Qi est la qualité d'un ensemble physique et psychique qui se manifeste, il n'y a pas besoin de canaux pour le contenir. A mon avis, il n'y a pas d'explication satisfaisante dans la tradition d'Extrême-Orient qui justifie l'existence de lignes précises en relation avec les différentes formes de Qi.

Mais le développement progressif de certains mouvements globaux du corps chez le bébé comme par exemple prendre appui sur le sol, se rouler et marcher à quatre pattes, pourrait apporter une réponse. Ces mouvements n'apparaissent pas tous pendant la même phase, ils se développent graduellement et stimulent progressivement la collaboration des muscles et des fascias jusqu'à ce que toutes les fonctions locomotrices soient possibles. Étonnamment, les lignes sur lesquelles ces mouvements se développent suivent les tracés traditionnels des méridiens.

Il est aussi intéressant de constater que les caractéristiques personnelles qui se développent parallèlement aux

mouvements sont liées à la fonction traditionnelle des méridiens associés. Une possible explication est la suivante : les tracés des méridiens sont l'expression de la façon dont un bébé relie certaines parties de son corps afin de pouvoir effectuer les mouvements archétypiques. Durant ce processus, le bébé se développe au niveau physique mais aussi psychique. La thématique qui a été apprise par le corps ainsi que par l'esprit pendant ce processus correspond à la fonction du méridien.



LE HANDICAP EST UNE CAPACITÉ INDIVIDUELLE

Le développement ne se fait pas de la même manière pour les bébés qui souffrent d'un handicap comme par exemple la paralysie cérébrale. La lésion cérébrale inhibe l'apprentissage de certains mouvements. Mais la manière dont un bébé apprend tout de même à bouger représente sa capacité individuelle, et non pas son handicap. C'est seulement quand on a une idée fixe de la normalité qu'on y voit un handicap.

La création de ses propres mouvements – peu importe la façon dont ils se manifestent – permet à l'enfant de se forger sa propre identité. Si la thérapie vise à modifier des schémas anormaux et à développer des

mouvements dits normaux, elle risque d'être source d'un profond sentiment de handicap, de honte et de frustration, puisque les schémas existants reflètent l'image que l'enfant se fait de soi. Le fait d'intervenir pour les changer lui transmet le message que tel qu'il est, il n'est pas comme il faut.

COMMENCER AVEC L'EXPLORATION DES APTITUDES

Ce n'est seulement à partir de l'âge de quatre ans qu'un enfant développe la capacité de se comparer aux autres – et ce n'est qu'à partir de ce moment-là qu'il découvre qu'il n'est pas « normal ». C'est pourquoi il est extrêmement important que la thérapie avec les petits enfants vise à les sensibiliser à leurs capacités au lieu d'intervenir afin de changer leurs « anormalités ». Ce n'est qu'ainsi que l'enfant peut acquérir le sentiment d'être entier tel qu'il est, une condition essentielle pour pouvoir affronter les difficultés de la vie.

« Il est extrêmement important que la thérapie avec les petits enfants vise à les sensibiliser à leurs capacités au lieu d'intervenir afin de changer leurs < anormalités >. »

Le travail avec les petits enfants souffrant de paralysie cérébrale m'a appris comment mettre en pratique ces réflexions. Plutôt que de commencer avec les thèmes problématiques, je cherche un mouvement qui est simple. Je félicite l'enfant et je lui propose de répéter et d'agrandir ce mouvement. Ce premier succès l'encourage et lui donne une perception positive de soi. Nous continuons. Est-ce qu'il peut ouvrir ses yeux, sa bouche et ses bras ? Quand nous rencontrons des difficultés, nous commençons à travailler avec elles – l'enfant a maintenant une perception suffisamment positive de soi pour expérimenter un peu.

En ce qui concerne nos clientes et clients, la concentration sur les questions problématiques leur donnera un sentiment de handicap et ils se sentiront victimes de leurs problèmes. En revanche, si la thérapie met

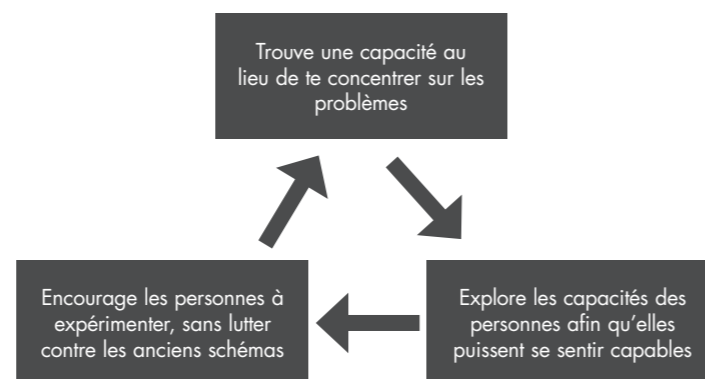
d'abord en lumière leurs aptitudes, ils se sentiront encouragés, capables de s'explorer soi-même et aptes à se confronter à leurs schémas restrictifs.

EXPLORER LE MOUVEMENT

Il est relativement facile d'explorer ses propres mouvements et d'expérimenter avec sa posture habituelle. Mon expérience m'a montré que ceci est souvent suffisant pour lancer un processus de transformation au niveau physique et psychique. Renonçant à l'idée d'une posture « idéale » ou d'un mouvement « approprié », il suffit souvent de délier un peu les schémas dominants en expérimentant pour permettre à l'organisme de gagner en liberté et de trouver d'autres mouvements, parfois plus adaptés.

LES TROIS PILIERS DU MOUVEMENT SHIATSU

En résumé, le cœur du message du Movement Shiatsu est : « Ce que tu es, c'est ta capacité et non pas ton incapacité. » Ce message essentiel repose sur ces trois principes :



L'exploration de soi et l'expérimentation avec les schémas profondément ancrés peut être un travail intense. Le soi a tendance à résister à la transformation et même à un changement constructif. Le Movement Shiatsu propose des outils qui permettent d'encourager les gens dans leur travail personnel avec le corps.

LA VIE – UN APPRENTISSAGE

De nos jours, on peut observer une tendance à juger les thérapies en fonction de leur succès de venir à bout

des problèmes. Mais, pour les personnes dont les troubles ne peuvent disparaître, la seule possibilité reste d'apprendre à vivre avec. Malheureusement elles courent aussi le risque d'abandonner tout espoir et de perdre goût à la vie.

On peut considérer la vie comme un apprentissage et une invitation à relever un certain nombre de défis. Quand nous pouvons encourager nos clientes et clients à comprendre leurs difficultés comme un apprentissage, une transformation profonde tant au niveau physique que psychique peut avoir lieu.

COMBINER LE MOUVEMENT ET LE SHIATSU

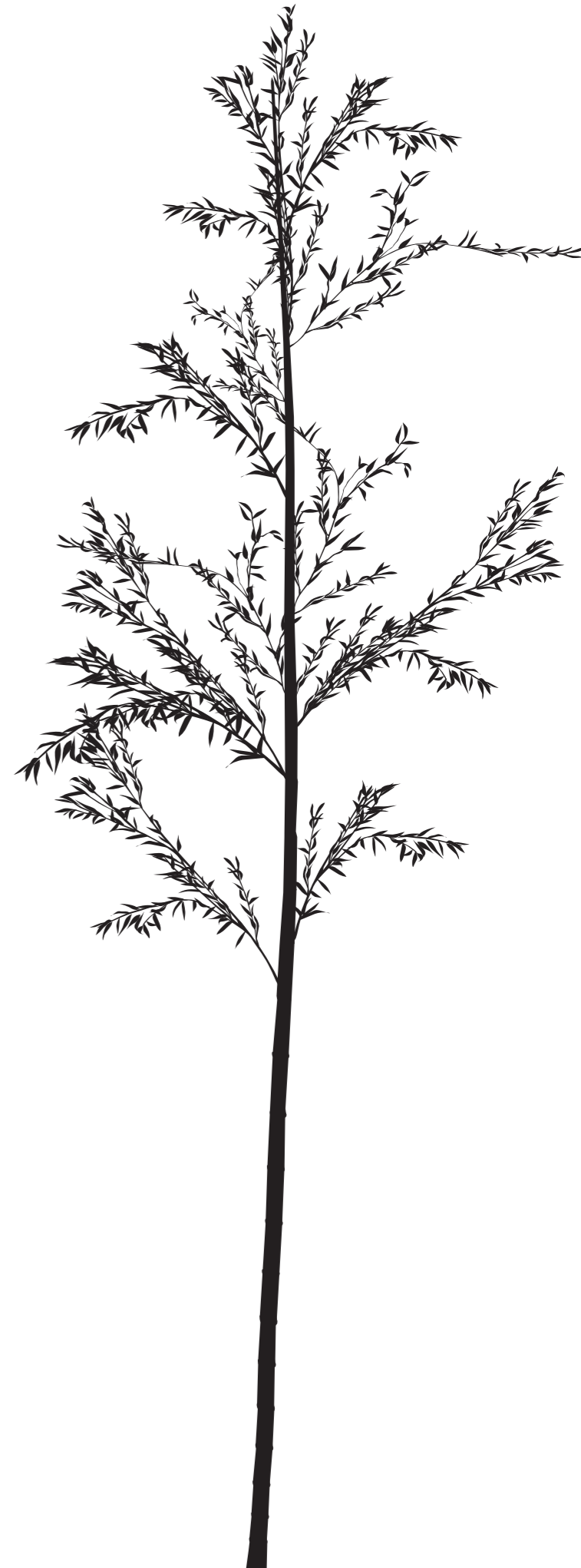
J'ai commencé en 1979 à enseigner les techniques vidéo à la Central School of Speech and Drama. Les étudiantes et étudiants se blessaient souvent dans les cours de mouvement, et la rumeur que j'arrivais à soulager les maux avec le Shiatsu ne tardait pas à se répandre. Ainsi, mon bureau se transformait en clinique à temps partiel. A la demande des étudiantes et étudiants de leur enseigner comment prévenir les accidents, j'ai commencé à leur donner des cours de mouvement et de Shiatsu.

L'objectif principal consistait à prendre conscience des zones du corps où le flux énergétique était interrompu ou inhibé, sachant qu'une interruption dans la continuité énergétique dans le corps crée une zone sujette à des blessures. Par le toucher spécifique au Shiatsu et des mouvements guidés, nous explorions les possibilités de raccorder ces zones en discontinuité.

LE DÉVELOPPEMENT DU MOUVEMENT ET LA PERSONNALITÉ

Une de mes autres tâches à la Central School consistait à effectuer des vidéos de séances d'orthophonie données dans le cadre des cours. Certains orthophonistes participaient aussi aux cours de mouvement et de Shiatsu. Parmi eux se trouvait Kay Coombes, une spécialiste dans le travail avec des enfants handicapés. Une collaboration fructueuse se développait. Pendant le tournage des vidéos de son travail, je posais des questions, faisais des propositions et apprenais les bases du concept Bobath de la physiothérapie du développement qu'elle pratiquait. Je ressentais une profonde empathie envers ces enfants, ce qui m'a amené à suivre différentes formations continues en thérapie neuro-développementale avec l'objectif de pouvoir travailler moi-même avec les enfants handicapés.

*Ceci est un extrait d'un texte plus long de Bill Palmer.



Shiatsu et grossesse – accompagner un processus unique



Pour la future mère, une grossesse représente une situation exceptionnelle à bien des égards, tant au niveau physique et psychique qu'énergétique. Avec le Shiatsu, nous accompagnons son processus individuel, l'encourageons à faire confiance à son corps et à développer le contact avec son bébé. Les méridiens extraordinaires permettent d'influencer positivement des schémas énergétiques profonds.

CAROLINA HÜGI

Il n'y a pas deux grossesses qui sont pareilles – l'expérience montre que chaque femme a des besoins énergétiques, physiques et psychiques très individuels pendant le processus qui la transforme en mère et qui aboutit à l'accouchement. Pendant la grossesse, la qualité énergétique des cinq phases de transformation est de plus en plus sollicitée et devient très concrètement perceptible. Des déséquilibres énergétiques qui existaient déjà avant la grossesse peuvent alors remonter à la surface. Ils se manifestent sous forme de symptômes physiques et émotionnels très variés, susceptibles de pouvoir donner des indications concrètes dans un traitement d'approche intégrative, permettant ainsi de pouvoir accompagner et soutenir la mère et le bébé de manière optimale dans leur processus individuel.

L'ESSENCE ET LES VAISSEAUX EXTRAORDINAIRES

La conception nécessite une quantité suffisante de Jing – synonyme d'Essence – qui est stocké dans les Reins. La constitution prénatale de l'Essence n'est que légèrement modifiable, alors que l'Essence postnatale peut être influencée de manière positive par un repos suffisant, une alimentation saine, une bonne respiration et par les vaisseaux extraordinaires. Outre la croissance

et le développement, elle est responsable de la reproduction et de la fertilité. Un manque d'Essence peut entraîner une déficience au niveau de la fertilité et du développement ou une interruption prématurée de la grossesse. Dans ce contexte, il est intéressant de noter que les femmes faisant appel à une thérapie hormonale qui provoque une surstimulation artificielle des ovaires, présentent souvent un manque d'Essence prononcé.

L'Essence, stockée dans les Reins circule principalement dans les vaisseaux extraordinaires. On peut s'imaginer ces vaisseaux profonds comme un réservoir, tandis que les méridiens représentent les rivières. En d'autres termes, les vaisseaux extraordinaires absorbent l'énergie excédentaire des méridiens et la restituent là où elle est nécessaire. L'Essence est nécessaire à la fécondation et à l'alimentation et le développement du fœtus dans l'utérus.

Selon la tradition taoïste, les vaisseaux extraordinaires du fœtus se développent à partir du Jing. Après la naissance, l'activité de ces vaisseaux cède la place au développement des méridiens. C'est ce savoir qui m'oriente, en tant que praticienne Wellmother, à largement inclure les vaisseaux extraordinaires dans le travail avec les futures mères. Un autre vaisseau important pendant la grossesse est le Bao Gong, l'utérus en tant que « Palais

de l'enfant ». Le Triple Réchauffeur, qui fait aussi le lien entre les vaisseaux extraordinaires et les méridiens principaux, peut également être traité.

L'INFLUENCE DES VAISSEaux EXTRAORDINAIRES SUR LA GROSSESSE

Le Vaisseau Gouverneur, Du Mai ou « Mer de Yang », renforce le dos, nourrit les Reins et le cerveau et agit sur le système hormonal. Il exerce une forte influence sur tous les méridiens Yang, notamment sur le méridien de la Vessie.

Le Vaisseau Conception, Ren Mai, prend sa source dans les Reins et traverse l'utérus. En tant que vaisseau qui régit la fonction de conception, il agit sur le Yin de tout le corps et a un effet régulateur entre autres sur la menstruation, la conception, la grossesse et l'accouchement. Le Vaisseau Pénétrant, Chong Mai, dénommé aussi la « Mer du Sang » joue un rôle central dans la menstruation et l'approvisionnement du bébé en sang. Son parcours le long du méridien des Reins sur le torse, et le long du méridien de la Rate sur les jambes, montre son influence sur l'Essence et la digestion.

Le Vaisseau Ceinture, Dai Mai, est le seul vaisseau horizontal, ce qui lui accorde un rôle important dans la régulation des organes de digestion, de détoxification et de reproduction. Il a un effet régulateur sur l'os-sature et la musculature de tout le bassin et du bas du dos, agit comme soutien physique central et influence l'enracinement émotionnel.

Le Bao Gong, l'utérus ou le « Palais de l'enfant » est un des six organes extraordinaires. Il a la fonction d'un organe de stockage Yin et stocke l'Essence. En raison de son lien étroit avec les Reins, le Vaisseau Conception, le Vaisseau de Pénétration et le Cœur, il influence la menstruation, la conception et le lien affectif avec le bébé.

LE PROCESSUS DE L'ACCOMPAGNEMENT SUIT LE PROCESSUS DU DEVENIR

L'attention principale dans le travail énergétique avec les futures mères se porte sur l'harmonisation et, si nécessaire, la tonification et le maintien du flux du Sang, du Ki et de l'Essence. Il est tout aussi important que les femmes se sentent assez en sécurité afin d'apprendre à percevoir et comprendre de manière ludique et avec curiosité leur état émotionnel et leur corps en transformation et afin de pouvoir établir un lien aimant avec le bébé. Un entretien initial détaillé qui porte sur le déroulement d'éventuels grossesses et accouchements antérieurs et l'état général énergétique donnent des informations précieuses pour la suite de la séance.

Les clientes doivent avoir la possibilité de pouvoir parler très ouvertement de leurs craintes et sentiments désagréables ou prétendument inappropriés. L'objectif est d'arriver ensemble avec la future mère à ce qu'elle puisse s'ouvrir en toute confiance à sa situation, qu'elle apprenne comment faire du bien à soi-même et à son bébé et qu'elle puisse se confronter consciemment à ses peurs en rapport avec les douleurs et l'accouchement.

S'y prêtent bien aussi des exercices adaptés à sa situation énergétique et physique, qu'elle peut faire seule ou avec son partenaire à la maison. Des exercices de visualisation et de respiration ainsi que certains points choisis aident également à approfondir la perception de soi et à consolider la compétence d'autorégulation. Il est également recommandé d'élaborer ensemble un plan alimentaire qui tienne compte des besoins et de la situation énergétique individuelle de la future mère. Les envies gustatives en rapport aux cinq différents goûts peuvent donner des indications utiles.

LES PÈRES PEUVENT ACTIVEMENT CONTRIBUER AU SOUTIEN

En cas d'intérêt, il peut être précieux d'inviter également les futurs pères pour une séance, afin de leur enseigner comment ils peuvent soutenir et comprendre leur partenaire pendant la grossesse et l'accouchement. Il existe un vif intérêt pour cette offre, car beaucoup de futurs pères sont heureux de pouvoir faire quelque chose de concret pour leur partenaire. Un exemple simple de la pratique en témoigne. Je recherche ensemble avec le couple comment la mère réagit à la douleur et comment le partenaire se sent face à sa femme qui souffre. Une cliente retenait inconsciemment son souffle à chaque fois qu'elle ressentait la douleur. Ce faisant, la musculature de sa nuque et de sa mâchoire se crispait, ce qui à son tour avait des répercussions négatives sur la musculature de son plancher pelvien. J'ai invité la femme et son partenaire à ressentir et observer ce phénomène et j'ai proposé au futur père de jouer le rôle important de

celui qui rappelait gentiment à sa femme de respirer profondément quand elle retenait son souffle. La mère m'a expliqué plus tard qu'il avait bien joué son rôle lors de l'accouchement et qu'il s'était senti important et nécessaire. Ainsi, la mère et le père se sentaient comme une équipe unie lors de l'accouchement.

« L'attention principale lors du travail énergétique avec les futures mères se porte sur l'harmonisation et, si nécessaire, la tonification et le maintien du flux du Sang, du Ki et de l'Essence. »

Une partie essentielle du traitement implique aussi le bébé dont l'énergie nettement perceptible se distingue déjà très tôt de celle de la mère. Le bébé ressent quand on s'adresse à son énergie et y réagit avec du mouvement ou, comme je peux le percevoir parfois, avec une sorte de boule d'énergie qu'il envoie à la surface. Un grand nombre de clientes sentent leur bébé pour la première fois pendant un traitement de Shiatsu. « Comme le battement d'aile d'un papillon », telle était la description d'une mère rayonnante.

Une communication claire des possibilités et des limites crée la confiance

Quelles sont les possibilités et limites du Shiatsu en tant que thérapie ? Une question centrale, lorsqu'il s'agit du positionnement des thérapeutes de Shiatsu dans l'ensemble du domaine de la santé et de l'identité que les thérapeutes de Shiatsu se forgent dans le cadre de leur travail. Dans quels cas faut-il, en accord avec la cliente ou le client, faire appel à un médecin ? Les réponses à ces questions demandent beaucoup de clarté et de discernement – des qualités essentielles qui sont aussi requises dans l'exercice du Shiatsu en tant que thérapie professionnelle.

ENTRETIEN AVEC ANITA-URSINA STUDACH-GRASS MENÉ PAR CRISTINA FREY

Le terme « complémentaire » fait partie de la nouvelle dénomination professionnelle du Shiatsu en tant que méthode de la thérapie complémentaire – quel est la signification de cette notion pour toi dans ton travail de thérapeute de Shiatsu ?

Comme le terme « complémentaire » l'indique, il s'agit d'une thérapie en complément, dans le cadre de la planification thérapeutique en collaboration avec la médecine conventionnelle, on pourrait aussi parler d'« interdisciplinaire ». A mes yeux, dans le travail concret, cela signifie d'abord que je m'assure d'être pleinement consciente des limites de mes possibilités en tant que thérapeute de Shiatsu. Et il s'agit donc aussi de repérer les zones de transition. Dans quel cas de figure le Shiatsu agit-il en complément à la médecine conventionnelle ? Quelles prestations puis-je fournir,

quand dois-je envoyer les personnes chez un médecin ? Personnellement, j'ai convenu avec un médecin de famille que je peux l'appeler en présence de la cliente ou du client quand la situation le demande. Je lui décris alors brièvement la situation et, le cas échéant, je peux lui transférer la personne concernée.

Ce genre de travail demande beaucoup de clarté dans la communication. Comment arrives-tu à obtenir cette clarté à l'intérieur de toi ?

Je fais beaucoup de travail sur moi en menant une réflexion sur mes actions – par exemple à l'aide de supervisions, de formations continues ou de traitements que je reçois pour prendre soin de moi-même. Il est important pour moi de pouvoir garder une distance professionnelle et de réagir de manière objective, aussi dans les moments d'émotions intenses. Quand j'ai conscience de mes propres limites et que je les communique, je dois aussi être prête à céder. Je peux perdre de la clientèle

quand je communique clairement ce que je peux faire et ce qui n'entre pas dans mes compétences. Il n'est pas toujours évident de rester claire, d'autant plus qu'il y a des clientes et clients qui sont très demandeurs. Là on doit être sûr de soi, ce qui pour moi équivaut à un travail constant sur mes thématiques personnelles et une réflexion régulière sur mon propre processus.

Peux-tu nous décrire une situation concrète où tu as dû poser des limites ?

Il s'agissait d'une cliente qui avait des pensées suicidaires. J'ai dû dire clairement stop, je ne peux plus assumer cette responsabilité. Là aussi, j'ai contacté le médecin traitant en présence et avec l'accord de la cliente. Ensuite, la cliente est allée directement de mon cabinet chez le médecin qui l'a transférée par la suite chez le psychiatre. Mon intention est d'être très claire avec mes clientes et clients. Je leur explique mon domaine, jusqu'où je peux aller et quand je ne peux plus assumer la responsabilité. Cette clarté ferme suscite la confiance chez ma clientèle. La définition claire de mes tâches et de mes limites leur donne un sentiment de sécurité, d'être pris au sérieux. Ils sentent que j'arrive à évaluer la situation et que je sais fixer mes limites.

Comment les médecins réagissent-ils à ton appel dans un cas pareil ?

J'ai l'impression que depuis que le Shiatsu est une profession reconnue au niveau fédéral, les thérapeutes de Shiatsu ont gagné en crédibilité auprès des médecins qui sont au courant de cette évolution. Je suis prise au sérieux en tant que thérapeute complémentaire dans la méthode Shiatsu quand j'appelle pour orienter des clients vers le médecin, et ils obtiennent en général très rapidement un rendez-vous. Mise à part le fait que nous sommes pris plus au sérieux, nous ne représentons pas non plus une concurrence. Au contraire – la collaboration complémentaire et interdisciplinaire gagne de plus en plus de terrain. De mon côté, je comprends mes traitements définitivement comme un soutien complémentaire au traitement médical. Quand une personne ne veut par exemple pas prendre les médicaments prescrits par son médecin, je lui demande ce que le fait de devoir prendre des médicaments provoque en elle. Je donne de la place aux émotions qui peuvent remonter, telles la peur ou l'insécurité. Si par la suite ces sentiments se calment, je lui propose de considérer la prise des médicaments comme un essai et d'observer comment elle y réagit. Par cette approche, j'essaie de créer les meilleures conditions pos-

sibles pour la prescription médicale de médicaments. Nous disposons de plus de temps et d'espace pour être à l'écoute des personnes, pour mieux les inclure dans le plan de traitement et renforcer leur responsabilité personnelle. Ce qui est important pour mon travail, c'est la définition précise de ma mission et des interfaces avec la médecine conventionnelle. De plus, dans l'échange avec les médecins il est important de ne pas utiliser le langage spécifique à la méthode afin de favoriser une compréhension mutuelle.

Il est donc essentiel d'être claire et de pouvoir mettre des limites dans le cadre d'une collaboration interdisciplinaire réussie. Mais aussi pendant la thérapie de Shiatsu proprement dite, cette attitude est d'une grande importance, comment vois-tu cela ?

Quand une personne commence par exemple à pleurer, je ne la prends pas dans mes bras pour la consoler. Je reste à son écoute et lui mets l'espace nécessaire à disposition pour ses processus douloureux. Dans le Shiatsu, nous avons la possibilité d'établir un cadre de confiance qui permet aussi à des émotions comme la peur, la douleur, la colère ou la tristesse de se montrer. D'après mon expérience, l'importance ne réside pas seulement dans les détails de l'histoire que la personne raconte. Il s'agit plutôt des émotions que le vécu raconté a déclenchées. Je me renseigne donc auprès de la personne sur l'effet précis que le récit de ce vécu a sur son corps. Quel est le ressenti au niveau physique ? Où est-ce que la personne le ressent concrètement ? Qu'est-ce qui se montre dans ce ressenti ? Ces questions amorcent souvent de très grands changements, la respiration d'une personne se libère ou elle se détend très concrètement au niveau physique, par exemple. Il ne s'agit nullement de parler ou de consoler, mais de prendre la personne au sérieux et d'être à son écoute de manière empathique. Un autre point essentiel, c'est en outre le fait qu'en tant que thérapeutes corporels nous disposons des outils pour ramener les clientes et clients très concrètement dans leur corps pour leurs donner la possibilité de se ressentir et de se recentrer. Mais si je veux avoir la capacité de créer ce cadre de confiance, je dois pouvoir préserver une certaine objectivité et être bien ancrée afin de pouvoir rester centrée et garder le calme.

Un large éventail de thérapies sous un même toit

Le centre interdisciplinaire pour la santé psychique et la thérapie complémentaire Sollievo.net a été fondé en tant que sàrl par cinq titulaires de cabinets de différents groupes professionnels, il y a quatre ans à Berne. Depuis, trois psychiatres, cinq psychothérapeutes, six personnes professionnelles des soins psychiatriques à domicile, une thérapeute naturopathe et deux thérapeutes complémentaires y travaillent en indépendants sous un même toit. Dans ce cadre, la thérapeute en thérapie craniosacrée et la thérapeute de Shiatsu suivent des personnes avec des troubles psychiques et somatiques.

DANIÈLE DELL'AVA

Les fondements d'une collaboration interdisciplinaire comprennent une attitude commune en ce qui concerne la thérapie, le conseil et le suivi. Ce consensus est basé sur une approche qui favorise et soutient le potentiel de guérison des clientes et des clients. En réunissant différentes thérapies sous un même toit, les chemins de communication entre les personnes traitantes deviennent nettement plus courts et simples, ce qui se traduit par une diminution des pertes d'information et des contradictions entre les traitements, ainsi que par un meilleur accord entre les offres thérapeutiques qui peuvent être mieux adaptées entre elles pour le bien de la clientèle. Il en résulte que d'autres groupes professionnels reconnaissent par exemple le Shiatsu comme une possibilité thérapeutique équivalente et l'intègrent dans la planification de la thérapie.

LES FORMES DE COLLABORATION

L'interdisciplinarité comprend concrètement les méthodes de travail pratiques suivantes, obligatoires pour tous les membres de l'équipe : premièrement, il y a des séances hebdomadaires entre tous les titulaires de cabinets qui

sont ouvertes d'office à tous les collaborateurs. Les thèmes en sont l'organisation générale du centre, la gestion du quotidien ainsi que la discussion de cas spécifiques interdisciplinaires ou des interventions. Une fois par mois, ces séances deviennent des séances générales en vue d'un échange d'information global auxquelles participent également les personnes professionnelles des soins psychiatriques à domicile. C'est dans ce cadre-là que se déroulent les élections des nouveaux collaboratrices et collaborateurs éventuels, qu'on décide des thèmes de formations continues annuelles et que les interventions interdisciplinaires ont lieu.

Afin de renforcer la collaboration interdisciplinaire et la compréhension mutuelle, le centre organise chaque année trois après-midis de formation continue pour l'équipe entière. Ces après-midis sont en partie organisés en interne et en partie avec l'appui d'intervenants externes. De plus, tous les processus et voies d'échanges sont affinés et approfondis chaque année lors d'une retraite de deux jours. D'une grande valeur pour la consolidation de l'équipe sont les sorties régulières, parce qu'elles offrent l'occasion de vivre des expériences communes et de faire connaissance à un niveau personnel.

Si le contexte le demande, le centre interdisciplinaire offre la possibilité de soirées de feedback aux thérapeutes intéressés pour discuter des situations difficiles avec une superviseuse externe. En cas de besoin, les thérapeutes peuvent faire usage de la possibilité d'établir un bilan interdisciplinaire avec des clientes et clients et éventuellement des personnes de référence ou des professionnels externes, ou d'utiliser l'échange interne par email ou par téléphone.

AVANTAGES MULTIPLES

La collaboration au sein de Sollievo.net s'est avérée très fertile au cours des années de son existence. Tous les clientes et clients qui profitent de différents services du centre signent un accord qui délie les personnes traitantes du secret professionnel au cas où ils le désirent et le considèrent comme étant utile. Il y a un vif échange d'informations entre les différents thérapeutes. Lors de situations difficiles, il y a la possibilité de s'adresser directement à d'autres professionnels qui ont la même vision de l'être humain. Ceci peut représenter un grand soulagement pour les différents thérapeutes.

« Les fondements d'une collaboration interdisciplinaire comprennent une attitude commune en ce qui concerne la thérapie, le conseil et le suivi. »

Les clientes et clients qui bénéficient de différentes offres au sein du centre apprécient la prise en charge globale par des personnes traitantes qui vont dans le même sens. Ils se sentent pris au sérieux et vivent l'encouragement de leurs compétences et de leur autonomie comme un aspect enrichissant, bénéfique à leur santé. Les rendez-vous sont en partie coordonnés. Ceci afin de réduire le nombre des déplacements importants, mais aussi parce qu'il peut être pertinent d'approfondir les processus en psychothérapie par la thérapie complémentaire.

L'ENGAGEMENT PERSONNEL EST INDISPENSABLE

Le principe du consensus et l'instauration d'un climat de confiance au niveau personnel mais également au niveau professionnel sont un grand défi. Ils exigent un engagement personnel important de toutes les parties, aussi au niveau du temps. Une grande partie du temps investi ne peut être facturée. De plus, les thérapeutes complémentaires ne peuvent pas facturer les presta-

tions fournies en absence de la clientèle. En outre, il s'avère que beaucoup de clientes et clients de Sollievo.net ont un grand besoin et beaucoup d'intérêt pour les thérapies complémentaires, mais ils ne peuvent y recourir parce qu'ils ne disposent pas d'une assurance complémentaire.

Pour les thérapeutes complémentaires, le traitement de troubles psychiques au sein de Sollievo.net ne représente qu'une partie de leur domaine thérapeutique. Dans le cadre du centre pour la santé psychique, il n'est pas toujours facile d'être également perçu comme thérapeute pour des personnes souffrant de troubles somatiques. Malheureusement il arrive que certaines personnes intéressées ne prennent pas rendez-vous puisque même si elles désirent un traitement de thérapie complémentaire, elles reculent devant le nom de « Centre interdisciplinaire pour la santé psychique » parce qu'elles ne désirent pas de psychothérapie.

ASPECTS PERSONNELS

La collaboration interdisciplinaire peut constituer un défi, surtout lors de la phase initiale de mise en place. Mais l'engagement en vaut la peine. La collaboration interdisciplinaire enrichit le travail des thérapeutes complémentaires ainsi que celui des autres thérapeutes du centre. Elle apporte des avantages précieux pour la clientèle et pour les thérapeutes. Le travail gagne en profondeur et l'équipe se porte mutuellement – en particulier dans les situations difficiles.

L'objectif principal de Sollievo.net est de proposer l'accès facile à différentes thérapies qui se complètent et s'enrichissent mutuellement ainsi que de faciliter l'échange entre les groupes professionnels concernés afin d'améliorer la qualité et d'optimiser l'apprentissage. La collaboration interdisciplinaire constitue un élément central de Sollievo.net, tous les thérapeutes ont dû s'engager à le respecter obligatoirement. Toutes les décisions concernant le centre sont prises selon le principe du consensus, dans la mesure du possible. Les thérapeutes ont tous le même droit de faire des propositions et disposent du droit de veto, le cas échéant. Tout le monde participe à la prise des décisions les plus importantes.

Nos auteurs dans le Shiatsu 2018



Anita-Ursina Studach-Grass, thérapeute complémentaire avec diplôme fédéral, méthode Shiatsu à Coire CH



Barbara Ettler, thérapeute complémentaire avec diplôme fédéral, méthode Shiatsu et superviseuse OrTra TC à Wetzikon CH



Carolina Hügi, thérapeute complémentaire avec certificat de branche OrTra TC, méthode Shiatsu à Wolhusen CH



Danièle Dell'Ava, thérapeute complémentaire avec diplôme fédéral, méthode Shiatsu à Berne CH



Daniel Schneitter, thérapeute complémentaire avec diplôme fédéral, méthode Shiatsu et superviseur OrTra TC à Berne CH



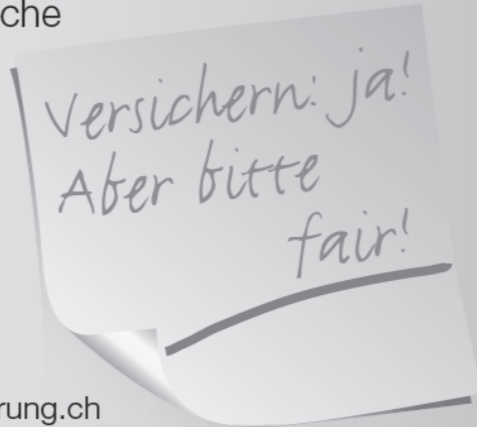
Bill Palmer, directeur de la School of Experiential Education USA




Sabine Bannwart Morawetz, thérapeute complémentaire avec certificat de branche OrTra TC, méthode Shiatsu à Pfäffikon ZH, CH

● *fairsicherungsberatung*® *broker der nachhaltigen wirtschaft*


- Ihre unabhängige Beratungsstelle in allen Versicherungs- und Vorsorgefragen.
- Soziale, ethische, ökologische und ökonomische Werte stehen bei uns im Vordergrund.
- Seit 1990 sind wir erfolgreich auf dem Markt. Profitieren Sie von unserer Erfahrung!



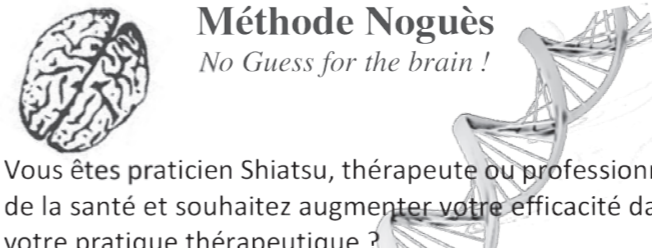
fairsicherungsberatung®, Holzikofenweg 22, 3001 Bern
Tel. 031 378 10 10 • fair@fairsicherung.ch • www.fairsicherung.ch



Ecole Dynamis
Formations Professionnelles de Thérapeutes
Rue Saint-Pierre 1
1003 Lausanne
+41 21 546 52 52



Méthode Noguès®
Pratique Epigénétique



Méthode Noguès
No Guess for the brain!

Vous êtes praticien Shiatsu, thérapeute ou professionnel de la santé et souhaitez augmenter votre efficacité dans votre pratique thérapeutique ?

La Méthode Noguès – Pratique Epigénétique est le complément qui changera votre pratique quotidienne !

Cette méthode révolutionnaire est une méthode d'apprentissage, basée sur l'épigénétique. Par l'intégration de 30 profils et leurs imbrications possibles, la neurogenèse pourra être activée en apprenant à se comporter de manière plus adaptée. Ce qui permettra de travailler en complément avec toute technique, en profondeur, et de manière durable. Informations :

www.ecoledynamis.ch www.methodenogues.net

Einstieg in die Naturheilkunde?

Mit Paracelsus erreichen Sie Ihr persönliches Ziel. Wir bilden Sie aus als

- Naturheilpraktiker/in
- Kinderheilpraktiker/in
- Ernährungsberater/in
- Ayurveda Practitioner
- Yogalehrer/in
- Homöopath/in
- Psychosoziale/r Berater/in
- Tierheilpraktiker/in



Europas
Ausbildungsinstitut
Nr.1
für
Naturheilverfahren!

paracelsus

die heilpraktikerschulen

Bernstrasse 47a • 8057 Zürich
Telefon: 043 - 960 20 00 • www.paracelsus-schulen.ch

Nachdiplomlehrgänge

Well Mother

Suzanne Yates, erfahrene Therapeutin und langjährige Shiatsu-Lehrerin, vermittelt im Lehrgang Well Mother spezielle Shiatsu-Techniken und Übungen für Schwangerschaft und Geburt, für Wochenbett- und postnatale Zeit. Die Weiterbildungsreihe setzt sich aus einem Grundlagenmodul sowie drei vertiefenden Modulen zusammen.



Developmental Shiatsu

Karin Kalbantner-Wernicke, Physiotherapeutin und Lehrerin für Shiatsu, ist spezialisiert auf die Behandlung der Kleinen und der Kleinsten mit Shiatsu. Im Nachdiplom Lehrgang Developmental Shiatsu gibt sie zusammen mit Thomas Wernicke ihr Wissen weiter. Eröffnen Sie sich ein neues Arbeitsfeld mit wachsender Nachfrage!



Shōnishin

Thomas Wernicke vermittelt die Grundlagen des Shōnishin, einer Form der Kinderakupunktur, die in Japan seit etwa 250 Jahren angewendet wird. Bei dieser nichtinvasiven und damit angenehmen und angstfreien Methode für die Kleinsten wird mit verschiedenen stumpfen Instrumenten mittels behutsamer Streich-, Druck- und Klopf-techniken auf der Hautoberfläche gearbeitet.



Ko Schule für Shiatsu GmbH
Enzianweg 4, 8048 Zürich
044 942 18 11
schule@ko-shiatsu.ch
www.ko-shiatsu.ch/nachdiplom



Vorbereitung

auf das eidgenössische Diplom

Begleitung in der KomplementärTherapie

Die praktische Anwendung der Prozessphasen

Daniel Schneitter
25./26. Aug. 2018, 14 Stunden

Fit für das Gleichwertigkeitsverfahren zum Branchenzertifikat

Vom Behandeln zum Begleiten

Barbara Ettl, Daniel Schneitter
4. Sep. 2018 bis 15. Jan. 2019, 24 Stunden

Fit für die Höhere Fachprüfung

Wie verfasse ich eine Fallstudie

Barbara Ettl
14./28. Sep. 2018, 14 Stunden

Gruppensupervision

Daniel Schneitter
31. Aug. 2018, 6 Stunden
8. Nov. 2018, 6 Stunden

Profitieren Sie von unseren Frühbucherrabatten. Der Bund übernimmt 50% der Kursgebühren, wenn Sie die eidgenössische Prüfung absolvieren.



Phoenix

phoenix-schule.ch

Schule für KomplementärTherapie



Tarif 590!

1 Monat kostenlos testen

Ihre Praxis-Administration mit Coachfrog.ch

Mehr Klienten, weniger Administration:
Erhalten Sie ein Profil mit Buchungssystem und Tarif 590 Abrechnung!

JETZT kostenlos testen!

Angebot für SGS-Mitglieder bis Ende 2018.



SO MACHT ARBEIT FREUDE

Senden Sie jetzt das Stichwort "Testprofil" an

E-Mail: shiatsu@coachfrog.ch
oder SMS: 079 566 46 42

und erhalten Sie unverbindlich Ihren Zugang.

 **COACHFROG.CH**

Hardstrasse 301 | 8005 Zürich | www.coachfrog.ch

Kientalerhof
We touch life



Follow your bliss

Une large gamme de formations avec intervenants de renommée internationale

Un centre de séminaires dans un lieu énergétique au milieu des montagnes

Kientalerhof Ecole internationale de Shiatsu (ISS Kiental)
3723 Kiental | tél. 033 676 26 76 | www.kientalerhof.ch

EXKLUSIV FÜR SGS-MITGLIEDER



Einladung:
Ein Tag, der einfach nur gut tun soll.

Ja, wo dermassen viel Müssen ist (Sie wissen: HFP KT), darf es etwas Dürfen sein: Deshalb laden wir Sie ein zu einem Shiatsu-Tag mit Doris Mutter, Samstag, 27. Oktober, 8:30 bis 14:45 Uhr, nur für uns selbst. Doris Mutter führt Sie durch zwei Meditationen: Sie lösen Ihr Shiatsu von Strukturen und Meridianen, finden ins Hier-und-Jetzt. Melden Sie sich an, wir freuen uns auf Sie, es ist ein Tag, der einfach nur gut tun soll, als Ausgleich zu all dem HFP-KT-Lernen. Maximal 16 TeilnehmerInnen, gratis, sechs Weiterbildungsstunden.

Details und mehr:

www.heilpraktikerschule.ch/shiatsu-weiterbildung

Heilpraktikerschule Luzern | Tel +41 (0)41 418 20 10 | info@heilpraktikerschule.ch

Produits pour l'aménagement professionnel du cabinet



D'autres produits sont disponibles dans le shop de l'ASS : le dépliant informatif « Retrouver l'équilibre intérieur » décrit clairement le travail orienté sur le processus de la thérapie complémentaire. Les blocs de protocole pour saisir les données de la clientèle, l'évolution des traitements ainsi que la définition des objectifs permettent un travail qualifié au cabinet.

De nombreux autres produits contribuent à un aménagement professionnel du cabinet. L'ensemble des produits de l'ASS porte le logo de l'ASS et se présente de manière uniforme.

IMPRESSUM 13/2018

Edition: Association Suisse de Shiatsu ASS

Parution: une fois par an

Prix: CHF 5.-, un exemplaire gratuit pour les membres ASS

Rédaction: Cristina Frey, Barbara Felber

Annonces: Sari Schneider

Conception graphique: ev.simon.kreativ

Impression: Kromer Print AG

Tirage: 2200 ex. en allemand, 550 ex. en français, 200 ex. en italien

Reproduction, même par extraits, seulement avec l'accord écrit de la rédaction, respectivement des auteures et auteurs.

SHIATSU

Shiatsu Gesellschaft Schweiz
Association Suisse de Shiatsu
Associazione Svizzera di Shiatsu

SHIATSU GESELLSCHAFT SCHWEIZ

Secrétariat
Eitzelmatt 5, 5430 Wettingen 1
T 056 427 15 73
E gs@shiatsuverband.ch
www.association-shiatsu.ch