

## Réflexologie plantaire - Approfondissement

### 1. FINALITES DE L'UNITE DE FORMATION

#### 1.1 Finalités générales

Conformément à l'article 7 du décret du 16 avril 1991 organisant l'enseignement de promotion sociale, l'unité de formation vise à:

- concourir à l'épanouissement individuel en promouvant une meilleure insertion professionnelle, sociale, culturelle et scolaire;
- répondre aux besoins et demandes en formation émanant de l'enseignement, des entreprises, des administrations et d'une manière générale des milieux socio-économiques et culturels.

#### 1.2 Finalités particulières

Cette unité de formation vise à permettre à l'étudiant d'une part d'affiner ses techniques de massage réflexologique en développant notamment la qualité de son toucher et d'autre part d'utiliser les notions d'énergie chinoise et de méridiens dans le but d'améliorer le bien-être et la qualité de vie d'autrui.

## Réflexologie plantaire - Approfondissement

### 2. CAPACITES PREALABLES REQUISES

#### 2.1 Capacités

Dans les limites de l'amélioration du bien-être de la personne, dans les règles de l'art, dans le respect des conditions d'hygiène,

- choisir la(les) zone(s) à masser en fonction des buts poursuivis et justifier ses choix en faisant appel aux notions de schéma corporel;
- réaliser un massage réflexe du pied en justifiant les techniques utilisées.

#### 2.2 Titre pouvant en tenir lieu

Attestation de l'unité de formation « Réflexologie plantaire » code N° 832301U21C1 de l'enseignement secondaire supérieur de transition.

**Réflexologie plantaire - Approfondissement**

**3. CONSTITUTION DES GROUPES OU REGROUPEMENT :**

Aucune recommandation particulière.

## Réflexologie plantaire - Approfondissement

### 4. PROGRAMME DE COURS :

L'étudiant sera capable :

#### 4.1 En réflexologie plantaire : technologie

- de définir la notion de stress;
- d'expliciter les mécanismes de stress par le biais notamment des systèmes endocriniens et nerveux;
- d'identifier diverses manifestations du stress telles que :
  - maux de tête,
  - douleurs articulaires,
  - douleurs musculaires,
  - troubles digestifs,
  - affections cardio-vasculaires (hypertension, tachycardie, ...),
  - affaiblissement des défenses immunitaires,
  - ... ;
- de situer la réflexologie par rapport aux différentes techniques de gestion du stress;
- d'identifier les limites de sa fonction;
- de déterminer les circonstances nécessitant l'orientation vers un médecin;
- d'établir en fonction de différents critères (motif de consultation, financier, ressenti du masseur, ...) le programme d'étalement des séances;
- d'expliquer la notion « Energie » d'un point de vue asiatique (yin-yang);
- de définir les méridiens chinois et les cinq éléments;
- d'identifier leurs influences sur l'interprétation des dysfonctionnements constatés;
- d'établir des correspondances entre des dysfonctionnements de l'organisme et des déséquilibres du yin et du yang.

#### 4.2. En réflexologie plantaire : travaux pratiques

- d'orienter sa méthode de travail en fonction du motif de la consultation et du ressenti du praticien dans son toucher;
- de développer la qualité de son toucher;
- de nommer les sensations éprouvées lors de la stimulation des zones réflexes;
- de situer et de stimuler les zones réflexes correspondant aux systèmes organiques concernés par des manifestations liées au stress;
- d'établir des liens entre les méridiens et les manifestations liées au stress et de stimuler ces zones;
- d'adapter le rythme et l'intensité des stimulations en fonction notamment de l'âge, de la sensibilité, ... .

## Réflexologie plantaire - Approfondissement

### **5. CAPACITES TERMINALES :**

Pour atteindre le seuil de réussite, l'étudiant sera capable, dans les limites de sa fonction, dans les règles de l'art et dans le respect des conditions d'hygiène:

- de réaliser un massage ciblé en fonction d'une manifestation du stress en:
  - délimitant correctement les zones réflexes concernées;
  - nommant les sensations éprouvées lors de la stimulation des zones réflexes;
  - ciblant correctement le méridien concerné;
  - nommant les organes concernés par le méridien ciblé;
- de justifier les choix opérés.

Pour la détermination du degré de maîtrise, il sera tenu compte des critères suivants :

- le degré de pertinence des choix opérés,
- le niveau de la qualité de son toucher,
- la faculté d'adaptation,
- la qualité des relations établies entre les méridiens et les manifestations liées au stress.

## **6. PROFIL DU (DES) CHARGE(S) DE COURS :**

Le chargé de cours sera un enseignant et/ou un expert.

L'expert devra justifier de compétences particulières issues d'une expérience professionnelle actualisée en relation avec la charge de cours qui lui a été attribuée.