RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

ONISEP L'INFORMATION POUR L'ORIENTATION

Spécialiste en shiatsu

Grâce à des pressions rythmées sur le corps, le ou la spécialiste en shiatsu aide les personnes à retrouver un équilibre physique, psychique ou émotionnel. Il ou elle travaille le plus souvent en libéral et peut exercer en complément une autre activité.

SOMMAIRE

Le métier

Compétences requises

Où l'exercer ?

Les études

Emploi et secteur

Salaire du débutant

Pour aller plus loin

Niveau minimum d'accès : **autre formation**

Statut : **Indépendant**

Synonymes : Praticien / praticienne de shiatsu

Secteur professionnel : Santé

Centres d'intérêt : J'aime le travail manuel, Je souhaite prendre soin des autres



© omgimages/iStocck/Getty Images

Le métier

Écoute et accompagnement

Le ou la spécialiste en shiatsu reçoit les personnes pour des séances individuelles d'environ une heure qui débutent par un entretien permettant de comprendre la demande, ce qui est attendu de la séance, les problématiques soulevées, etc. Cet entretien lui permet d'établir un bilan et d'organiser la séance. Le but est d'accompagner la personne vers un mieux-être et une meilleure prise en charge de sa santé.

Pressions et étirements

Le shiatsu est une discipline énergétique pratiquée depuis des millénaires en Extrême-Orient. Elle consiste en des étirements et des pressions appliquées sur l'ensemble du corps, le plus souvent avec les doigts, plus particulièrement avec les pouces. Les étirements favorisent une meilleure circulation de l'énergie. Les pressions permettent de localiser les tensions, de les dissiper et de rétablir l'équilibre énergétique.

Formation et gestion

Afin de compléter son activité, le ou la spécialiste en shiatsu peut animer des ateliers et/ou des conférences sur les différentes techniques et leurs bienfaits. Il ou elle participe aux congrès, colloques et autres manifestations pour faire connaître son métier. Enfin, il ou elle doit promouvoir et gérer sa structure.

Compétences requises

Écoute et pédagogie

Le ou la spécialiste en shiatsu est à l'écoute de son client ou de sa cliente pour comprendre sa demande et ses attentes. Il ou elle doit être pédagogue pour expliquer ce qu'est le shiatsu et ce qu'il ou elle peut ou ne peut pas apporter. Diplomate, il ou elle doit pouvoir conseiller une hygiène de vie pour prolonger les bénéfices de son action ou éviter une récidive.

Maîtrise technique

Le ou la spécialiste en shiatsu maîtrise les données d'un bilan énergétique qui vont lui permettre d'organiser la séance en la personnalisant aux problèmes spécifiques et à la demande initiale, tout en respectant les techniques globales de shiatsu et son code de déontologie. Il ou elle doit notamment faire attention à ses positions pour ne pas se blesser ou se fatiguer trop vite, surtout lorsqu'il ou elle pratique des étirements, qui peuvent demander un grand investissement physique.

Sens commercial

La plupart du temps à son compte, le ou la spécialiste en shiatsu doit avoir des notions de gestion pour créer et gérer son activité. Il ou elle doit en outre se faire connaître (site internet, réseaux sociaux, affiches ou certes de visite, etc.) et démarcher les structures qui pourraient lui envoyer des clients ou des clientes (hôtels, spas, podologues, professionnels ou professionnelles de santé, maisons de retraites, entreprises, etc.).

Où l'exercer ?

Des lieux d'exercice variés

Le ou la spécialiste en shiatsu peut exercer son activité à son domicile ou directement chez son client ou sa cliente. Il ou elle peut également travailler dans un cabinet spécialisé, une maison de retraite, un centre de soin, un spa, un service hospitalier, un centre sportif, etc.

Des déplacements possibles

Le ou la spécialiste en shiatsu exerce à son compte, en fonction des disponibilités de sa clientèle. Il ou elle pratique souvent son activité en complément d'une autre dans le domaine de la santé ou du bien-être, et peut être amené ou amenée à se déplacer.

Métier manuel

La personne qui consulte pour une séance de shiatsu est confortablement installée au sol, sur un futon, ou sur une table de massage. Elle peut également être assise sur une chaise de massage. Le ou la spécialiste en shiatsu, lui, travaille à genoux si la personne est au sol ; debout si celle-ci est installée sur une table ou sur une chaise. Le praticien ou la praticienne utilise ses mains, en particuliers ses pouces et ses paumes, pour exercer des pressions. Il ou elle peut également se servir de ses coudes, de ses bras, voire même de ses pieds. Il ou elle pratique également des étirements du corps qui peuvent se révéler fatigants.

Les études

Après la 3e

3 ans de formation pratique et théorique dont 500 h de cours pour se présenter au titre professionnel de spécialiste en shiatsu. Attention : depuis 2020 et jusqu'à nouvel ordre le titre professionnel est suspendu, en attente de renouvellement.

Emploi et secteur

Un métier encore méconnu

On compte plus de 500 praticiens de shiatsu en France selon le Syndicat des professionnels de shiatsu. Utilisé pour soulager des troubles comme les douleurs lombaires, l'arthrose, l'asthme ou l'anxiété, le shiatsu est reconnu par l'Union Européenne comme " méthode de médecine complémentaire digne d'intérêt ". La discipline fait également l'objet d'études en milieu hospitalier, notamment en gériatrie et oncologie. Pour autant, le shiatsu reste encore méconnu et assez peu utilisé en France.

A son compte

Ce ou cette spécialiste connaît des difficultés pour se faire connaître et faire connaître sa discipline. Lorsqu'il ou elle a une clientèle suffisante, il ou elle peut envisager d'ouvrir son propre cabinet, de manière autonome ou en s'associant. Il ou elle peut aussi se tourner vers l'enseignement de sa discipline. Il ou elle travaille souvent avec le statut d'auto-entrepreneur ou d'auto-entrepreneure, rarement en tant que salarié ou salariée.

Pratiques complémentaires

Le do-in (technique issue du shiatsu d'auto-massage), le shiatsu sur chaise, facilement utilisable en entreprise ou dans des structures de santé, permettent d'élargir la palette d'outils à disposition des spécialistes en shiatsu. A noter que le shiatsu peut également être pratiqué en complément par des kinés, ostéopathes, etc. formés à cette discipline.

Secteur

Santé

Salaire du débutant

Variable selon le statut du professionnel : libéral, entrepreneur, salarié.

Pour aller plus loin

Centres d'intérêt

Autres métiers à découvrir

Enseignant en activité physique adaptée

Chercheur en robotique médicale

Histologiste

Microbiologiste

Généticien