

QUALE SCUOLA ? SPECIALE FORMAZIONE SHIATSU

Quello che c'è da sapere e i (nostri) criteri per capire se una scuola è davvero valida

*che cosa è lo shiatsu, quali
e quanti sono gli stili di
shiatsu.*

*Come si è sviluppato lo
shiatsu in Italia*

*Ma Lo shiatsu è
riconosciuto? posso curare
con lo shiatsu?*

*Le scuole e la formazione
shiatsu*

*Quale scuola scegliere?
Quanto costa un corso?*

*Associazioni, Federazioni,
Marchi, e chi più ne ha...*

*Note (piacevoli e dolenti) a
margine di questo articolo*

Di
Luca Ciraulo
Donato Mellone
Sabrina Somma



• *Avete* scelto di iniziare una formazione shiatsu e chiedete di poter avere dei criteri per giudicare quanto sia buona una scuola? bene, armatevi di pazienza e vi porteremo in una visita guidata nel vero, nel falso e nel taciuto, attraverso un labirinto di sigle, stili, modi di fare e di dire, vizi privati e pubbliche virtù delle scuole di shiatsu (e non solo) in Italia.

Questa inchiesta è il frutto non solo dell'esperienza pluriennale di chi scrive a contatto con il mondo dello shiatsu in Italia ed in Europa, ma condensa le esperienze di centinaia di lettori, allievi, professionisti che ci hanno scritto, contattati e hanno parlato con noi in questi ultimi 10 anni. Non è nostra intenzione suscitare polemiche, semmai offrire spunti di discussione. Soprattutto vuole suggerire ai lettori un criterio per valutare una proposta formativa per diventare operatore shiatsu. Non è l'unico criterio, ma è il nostro: giudichi il lettore se è ragionevole oppure no.

Le regole base

Lo shiatsu non è regolamentato da nessuna legge nazionale, (anche se in Lombardia e Toscana 2 leggi regionali sono approvate ma non ancora pienamente vigenti momento di questa pubblicazione) Questo comporta che:



- Per praticare shiatsu teoricamente non occorrerebbe nemmeno un titolo di studio.
- Si tratta di una "professione libera" ovvero "non regolamentata" da una legge (come molti altri lavori e professioni), che è possibile praticare purché si sia buoni "contribuenti" (fiscali, previdenziali – INPS) e si rispettino le altre leggi dello stato.
- Le offerte formative per praticare shiatsu sono molto diverse le une dalle altre, sia in termini di stile che di monte di ore.
- Nessuna scuola o Associazione professionale (una decina in Italia, incluse le Federazioni) può affermare che l'attestato o diploma rilasciato, o l'iscrizione nelle proprie liste, abbiano valore "abilitante" alla professione di

Operatore shiatsu. Finché una legge non ne stabilisce i criteri di riconoscimento, la menzione di "patentini" "abilitazione" o iscrizione ad "albi" usati per far intendere che autorizzano legalmente alla professione, è un raggiro.

Dove non c'è regolamentazione, come nello shiatsu, troverete persone e luoghi che hanno saputo coniugare intelligenza, senso di responsabilità e passione. Ma la normalità non è questa. Non fermatevi perciò alla scuola che avete pensato "è una fortuna avere vicino casa" ; Potrebbe essere la migliore scuola del mondo, ma molto meglio visitarne più di una, anzi il maggior numero possibile. Vi renderete conto di quanto diversa sia la qualità dell'offerta. Solo allora potrete scegliere con maggiore serenità.

Che cosa è lo shiatsu ?

"Per capire cosa è lo Shiatsu" afferma Pauline Sasaki (*) "si devono prima capire alcuni dei concetti base condivisi dall'Agopuntura, dallo Shiatsu e dalle medicine orientali in genere" Nella Cina del secondo e terzo secolo a.C. il testo "Classico di Medicina Interna dell'Imperatore Giallo" descrive per la prima volta un sistema di canali energetici chiamati meridiani. Questa percezione del corpo come sistema di meridiani, si formò in un momento in cui la religione dominante proibiva qualunque tipo di invasione chirurgica all'interno del corpo umano. Vedendosi negate le procedure che avrebbero rivelato la struttura e le funzioni del corpo umano, i cinesi svilupparono tramite l'osservazione e l'intuito una metafora pratica che descrivesse l'anatomia e la fisiologia del corpo. Questo concentrarsi particolarmente sull'energia piuttosto che sull'anatomia è la differenza fondamentale tra la medicina occidentale e orientale. Quando il corpo è analizzato da un punto di vista anatomico, si mostra come un insieme di parti separate che esistono a prescindere dal fatto che il proprietario sia

vivo o morto. Esaminato da un punto di vista energetico invece, il corpo si vede funzionare come risultato di una forza dinamica vitale (chiamata Ki) che funge da collegamento comune tra tutti i tessuti e gli organi del corpo. Per un orientale, gli organi non sono sufficienti a sostenere la vita a meno che la forza vitale Ki sia presente ad assicurare la funzionalità e interrelazione degli organi. Inoltre, poiché il Ki rappresenta l'essenza della vita, questa struttura energetica cessa di esistere alla morte della persona.

Nel suo ruolo di forza vitale, il Ki è sempre presente ed attivo nel corpo. Inoltre, il Ki influenza e controlla la struttura della vita intera di una persona. Per la mente orientale, il fluire equilibrato, libero del Ki lungo i meridiani è sia la causa che l'effetto della salute. La medicina orientale, incluse le discipline dell'Agopuntura e dello Shiatsu, si dedica al mantenimento del fluire equilibrato del Ki in tutto il corpo, ed al ristabilirlo nel caso accada qualunque cosa che lo disturbi. Nello shiatsu questo è praticato con particolari tecniche e con stili diversi, che hanno in comune la pressione esercitata dalle dita, dalla mano intera e dal pugno chiuso, dal gomito, e in alcune tecniche persino dalle ginocchia e dai piedi.

Quali e quanti sono gli stili di shiatsu?



La parola "shiatsu" comincia ad essere usata relativamente di recente, come "sistema" che sintetizzava tradizioni orientali e tecniche occidentali. Tokujiro Namikoshi diede un importante contributo a questa tecnica fondando una importante scuola ed uno stile che ancora oggi sono prevalenti in Giappone. Negli anni '60 il governo Giapponese lo riconobbe come terapia. A partire dagli anni 60, Shizuto Masunaga, collaboratore della scuola di Namikoshi, fondò una scuola propria e formulò lo "Zen Shiatsu", nel quale viene riconosciuto un sistema di meridiani e tsubo più ampio di quello dell'agopuntura. La quantità di pressione applicata agli Tsubo ed ai meridiani è decisamente più leggera che in altri tipi di Shiatsu. Inoltre, a differenza del massaggio Shiatsu e dell'Agopressione o

Acupressione, lo Zen Shiatsu incorpora nella propria teoria il concetto di Kyo-Jitsu (aree dove il Ki è carente(Kyo) oppure dove è eccessivamente forte – Jitsu).

Prima di morire, nel 1981, Masunaga ebbe tempo di "seminare" la propria visione dello shiatsu, tenendo conferenze in giro per il mondo e scrivendo il libro di shiatsu di maggior successo, intitolato appunto " Zen Shiatsu". Lo Zen shiatsu è oggi lo stile più diffuso in occidente.

Lo shiatsu in Italia.

Negli anni successivi al 1970 si assiste ad una diffusione dello Shiatsu anche in Italia, ma subito appare chiaro che ciascuno aggiunge la propria interpretazione ad una tecnica troppo giovane o poco approfondita. Nel tempo allievi dei primi corsi hanno aperto proprie scuole e moltiplicato queste interpretazioni. Il risultato è che oggi vi sono in Italia stili profondamente diversi tra loro e talvolta bel lontani dallo stile originario. La commistione con altre tecniche è quasi prassi, ed è da ritenersi raramente un arricchimento dello shiatsu. Lo shiatsu è infatti un sistema completo e complesso, ma purtroppo pochissime scuole ne conoscono la profondità o ne completano l'insegnamento preferendo deviare verso altre conoscenze. Nella scelta della scuola confrontate i diversi programmi di studio. Spesso ci è stato riferito persino che quello che effettivamente viene insegnato non è quanto riportato dal programma. Quindi verificate che sia effettivamente portato a termine: Come !? chiedete ad un diplomato della stessa scuola, magari tra quelli delle liste di Operatori che la scuola possiede e diffonde...

Ma lo shiatsu è riconosciuto ?!

Chiariamolo una volta per tutte (se ancora aveste incertezze a riguardo): lo shiatsu in Italia è una professione "non regolamentata". E' straordinaria l'alta percentuale di allievi e diplomati che vengono a saperlo solo a corso iniziato o concluso (e questo ci dice già qualcosa della serietà di alcuni formatori). In alcune pubblicazioni appare poi la espressione "professione non riconosciuta": Niente paura, significa la stessa cosa, "non regolamentata da una legge", una condizione comune a centinaia di altre professioni, le cosiddette professioni "libere". Questa condizione, anzi "non condizione", porta con se una serie di conseguenze, tanto sulla formazione quanto nell'esercizio professionale.

Posso curare con lo shiatsu ?

In Italia commette reato chi, non essendo in possesso di titoli abilitanti (medici, fisioterapisti, infermieri, e altre figure sanitarie) esegue manovre o tecniche terapeutiche, o appresta qualunque cura ad un ammalato. Ma lo shiatsu non è considerato in Italia una terapia. Disciplina piuttosto sul "confine", dove si affrontano coloro che desiderano che lo shiatsu sia annoverato tra i massaggi terapeutici (più collegati al mondo medico e delle medicine non convenzionali) e quelli che lo intendono come disciplina che ha fine un benessere più generale e non sintomatico (più collegati al mondo delle discipline orientali), con numerose altre sfumature tra i due schieramenti. La visione di una disciplina collegata genericamente al "benessere" appare oggi prevalente nel mondo dello shiatsu, ma non è detto che sia politicamente vincente. Finché specifiche leggi non enuncino con chiarezza il principio della libertà di cura, e regolamentino innanzitutto quei settori delle medicine non convenzionali operati dai medici (agopuntura, omeopatia), è piuttosto difficile si giunga in tempi brevi alla soluzione di questo confronto.

Per il momento, e per lungo tempo ancora probabilmente, sarà possibile in Italia fare liberamente shiatsu, purché non si pratici "diagnosi di tipo medico" o abbia dichiarati fini terapeutici; Non un semplice massaggio ma disciplina con lo scopo di generare una migliore qualità della vita, attraverso un sistema di pressioni. La teoria alla base di queste pressioni prende spunto dalla medicina tradizionale cinese e giapponese, ma lo shiatsu si sta oramai evolvendo in Europa più che nei Paesi dove ha avuto origine, dove il sistema è piuttosto rigido.

Formazione

Riferendoci alla formazione, una delle conseguenze di una "non regolamentazione" è quella di offrire la possibilità a coloro che fanno la formazione (singoli, associazioni, enti e imprese), in assenza di un regolamento di legge, di organizzarla come meglio credono, adottando metodi, mezzi e spazi che ritengono più opportuni ... o più convenienti. Vedremo più avanti quanto non sia utile rivolgersi ad associazioni di scuole per avere maggiori garanzie. Spesso anzi lo scopo principale, al momento, di queste associazioni è unicamente rivolto alla comune diffusione pubblicitaria, con poche o nessuna vera garanzia per gli utenti.

Circa i "contenuti" e il numero di ore, tra la metà degli anni 90 e oggi, le proposte di percorsi di formazione si sono sempre più arricchite di temi e aggiungendo ore al "monte" richiesto, per avvicinare lo standard di altre discipline riconosciute. In gran parte delle "scuole" il tempo di formazione è stato portato a 3 anni. La ragione per cui 500 - 600 ore frontali (il monte di ore attuale in gran parte delle scuole dove si ha "di fronte" un insegnante) vengano svolte in 3 anni invece che in pochi mesi avrebbe ragioni didattiche (lungi intervalli per "assimilare" concetti ed esperienze nuove, richieste di sperimentare lungamente anche privatamente le tecniche, tempi necessari di maturazione lungo un percorso che si ritiene anche "di cambiamento").



Non sono rari però casi di corsi annuali, biennali o addirittura quadriennali, con monte di ore dichiarato variabile da 250 a circa 1000. Il monte di ore non è tuttavia un criterio valido per capire se un corso è più o meno valido, perché implica il modo con cui si insegna, come si calcolano le ore (di 50 o 60 minuti), quanta parte è l'effettiva teoria, se include anche le ore non "frontali" (senza un insegnante ma svolte a casa). E' un criterio quantitativo e non qualitativo: difficilmente capirete o vi verrà chiarito il valore o l'efficacia di un metodo di insegnamento in questo modo. Dovreste confrontarlo durante le lezioni in più scuole, cosa molto spesso non prevista o accuratamente evitata da alcune.

500-600 ore frontali e 100-200 di tirocinio a casa, in 3 anni, tuttavia appare il percorso formativo attualmente più rispondente alla richiesta del mercato, e si riflette nella maggior parte di proposte di legge presentate a livello Regionale e Nazionale.

Noi riteniamo che una scuola dovrebbe inoltre avere corsi di Medicina Cinese e di Anatomia e Fisiologia occidentale, meglio ancora se con cenni di Patologia e Clinica. Sarebbe davvero

strano, ad esempio, che un operatore non avesse consapevolezza della condizione e sicurezza rispetto al corpo umano, e non riesca a dare nome a muscoli od organi al cliente, o non conosca il significato delle patologie che sono portate dal cliente. Lo shiatsu non si occupa di patologia, ma i due terzi dei clienti vi arriva a causa di una patologia. Questo deve assumere un significato "energetico" per lo shiatsuka, e d'altra parte il cliente si aspetta questa competenza. Il monte di ore per queste materie, varia molto, ma dovrebbe attestarsi intorno alle 50 ore ciascuna.

Badate che queste materie siano ben separati da quelli di tecnica e teoria shiatsu ed insegnati da personale con competenze nel campo specifico. Non abbiamo mai creduto al Maestro – Guru "tuttologo" che insegna tutto, dalla medicina cinese all'anatomia e allo shiatsu. Se ne trovate uno, vi consigliamo di evitarlo.

Quale "scuola" ?



Circa "l'anzianità" della scuola, consigliamo di non prendere in esame questo aspetto che, se è positivo per alcune scuole, che hanno saputo evolvere e sviluppare il proprio curriculum formativo, è invece un handicap grave per altre che hanno "imbalsamato" la formazione ad un modello vecchio di trentanni e non si sono mai confrontati con altri metodi. Alcune scuole giovani sono ottime da questo punto di vista; naturalmente valutatene anche gli altri aspetti.

Una valutazione va fatta anche all'ambiente ed alle attrezzature. Molti, negli anni, ci hanno riferito che nella proprie scuole veniva richiesto di portarsi i Futon – il materassino dove si pratica - e veniva chiesto di collaborare a tenerla pulita. Se è vero che questa è una pratica di alcuni "Dojo" Orientali, in Italia appare più come una grave mancanza della scuola.

Valutate attentamente le attrezzature, l'igiene e la presenza di apparati di sicurezza.

Chiedete se la scuola abbia una assicurazione di Responsabilità Civile, relativa al luogo dove si svolgono i corsi e all'attività che vi si svolge (non la R.C. personale degli istruttori, che serve solo durante l'esercizio professionale privato).

Quanto costa un corso

Nota dolente dei corsi di shiatsu sono i costi dei corsi, troppo spesso parzialmente nascosti, non chiari oppure taciuti.



Un corso professionale dovrebbe costare in rapporto alle ore effettivamente insegnate, ma questo non è chiaro in molti casi, perché nel monte di ore sono spesso incluse le ore di "tirocinio" o di "lavoro a casa" che pur facendo parte della formazione non possono rientrare nei "costi". Chi legge è così portato a pensare di acquistare più ore a costi inferiori, mentre la realtà è tutt'altra. Indagate bene quali sono le ore frontali, se si tratta di ore di 60 minuti (spesso sono considerate ore "accademiche" di 50 minuti, ma la scuola "dimentica" di dirlo) e rapportatele al costo richiesto. Chiedete quali altri costi sono previsti e non descritti dalle brochure o sito web, e solo allora probabilmente avrete il costo effettivo ad ora del corso.

Costi medi intorno ai 1200 – 1300 Euro per anno, per corsi di 500 – 600 ore frontali (effettivamente insegnate), sembrano ragionevoli. E' una buona regola non pensare che un costo maggiore garantisce maggiore qualità. Pretendete sempre una ricevuta per ogni versamento, dove siano chiaramente descritte le attività per cui avete pagato.

Associazioni Professionali, Federazioni e quant'altro... ?

La confusione prende molti al loro primo contatto con il mondo dello shiatsu (e non solo) quando cercano di orientarsi tra le sigle. Le numerose Associazioni Professionali (incluse le "Federazioni") nessuna delle quali è riconosciuta dallo Stato, appaiono al momento più dedite a fornire visibilità ai propri membri che garanzie al pubblico. Ribadendo quanto detto nelle "regole di base" nessuno può affermare che l'attestato d'iscrizione nelle proprie liste abbia valore "abilitante" alla professione di Operatore shiatsu. Finché una legge non ne stabilisce i criteri di riconoscimento, la menzione di "patentini" "abilitazione" o iscrizione ad "albi" usati per far intendere che autorizzano legalmente alla professione, è un raggirio.



Molte cose insomma non sono quelle che sembrano, ed è bene non dare per scontate le "voci" o nomi o le frasi fatte circolare ad arte, ma piuttosto approfondire questi aspetti.

Facendolo troverete che Associazioni o Federazioni di Scuole garantiscono ben poco in realtà, e in maniera piuttosto fumosa. Una di queste sostiene, ad esempio, che i Direttori Didattici delle scuole che ne fanno parte, debbano avere 10 anni di esperienza, ma non dice di includere in questi anni anche quelli di formazione (tra i 3 e 4 anni) e che la documentazione degli anni successivi è essenzialmente costituita da "autocertificazione". Dieci anni inoltre non significano nulla, perché non danno idea dell'esperienza in ore "effettive" di apprendimento o insegnamento, se è stata continua o interrotta da lunghe pause, del sedicente Direttore Didattico. Tralasciate perciò le sigle e concentratevi sugli aspetti che vi sembrano più appropriati per una scuola.

NOTE (PIACEVOLI E DOLENTI) A MARGINE di QUESTO ARTICOLO

Corsi Gratuiti ?

Non è mai troppo tardi per imparare che "nulla è gratis"!

Molte scuole non vi chiedono di iscrivervi per un intero anno, ma di iniziare il corso pagando solo quello a cui partecipate, e vi permettono di decidere liberamente se continuarlo, senza vincoli contrattuali. Si chiama "diritto di recesso" e pensiamo che questo sia il miglior modo di iniziare con fiducia un rapporto.

Corsi "riconosciuti" ?

Non esistono corsi "riconosciuti" o abilitanti, o comunque si vogliono definire con formule che inducono a pensare di poter ottenere un titolo riconosciuto dallo Stato !

Corsi per "Operatore di Massaggio Orientale" (OTMO) in Lombardia.



Vi diciamo subito che l'OTMO è stato cancellato, e che questa vicenda dimostra quanto meno una superficialità di comportamento anche in organi delle Regioni. Questa in breve la storia.

Nel 2005, la Regione Lombardia ha approvato la Legge Regionale, n. 2, intitolata "Norme in materia di discipline bio-naturali" specificando che tale normativa era diretta a "discipline e pratiche che non hanno carattere di prestazioni sanitarie", come lo shiatsu.

Senza attendere la definizione dei criteri stabiliti dal Comitato Scientifico che questa legge prevedeva il Direttore Generale dell'Istruzione, Formazione e Lavoro approvava un percorso formativo per "Operatore di tecniche di massaggio orientale" (denominato anche "OTMO"). Questo decreto è stato impugnato al TAR della Lombardia, il Tribunale Amministrativo Regionale, sia dell'Istituto Europeo Shiatsu di Milano in collaborazione con l'Accademia Shiatsu Do, sia dalla Associazione Nazionale dei Fisioterapisti, con motivazioni diverse.

L'Istituto Europeo Shiatsu e l'Accademia Shiatsu Do hanno promosso una causa di illegittimità relativamente alla incompetenza del Direttore Generale e alle disposizioni del percorso formativo. Il Decreto, per citare gli aspetti del percorso formativo, contravvenendo a quanto già introdotto e previsto nell'ordinamento regionale dalla Legge 2/2005, introduce un "percorso formativo" unico per ben quattro discipline - shiatsu, tuina, riflessologia, massaggio ayurvedico - che hanno caratteristiche e peculiarità assolutamente distinte.

Risulta evidentemente irragionevole che sia introdotta una figura professionale unica per queste quattro discipline e che sia previsto un unico "percorso formativo".

Intervenendo sul ricorso presentato dai Fisioterapisti (che aveva presentato un mozione d'urgenza) il TAR ne ha accolto il ricorso. Ad un secondo tentativo degli uffici Regionali di ripresentarlo in altra forma, il TAR interveniva nuovamente e ne decretava la cancellazione;

Anche il Consiglio di Stato ha ritenuto fondate le ragioni del ricorso, e l'OTMO è attualmente decaduto.

Leggi Regionali in Toscana e Lombardia

Due Leggi, approvate già da qualche anno, rispettivamente in Toscana e Lombardia, regoleranno scuole ed operatori shiatsu appena sarà vigente ed operante un regolamento. E' a buon punto il regolamento della Legge Toscana, approvato lo scorso anno ma che ha trovato l'ostacolo di alcune sezioni del CNA della Toscana (CNA conf.ne Naz. Artigianato) in difesa delle "prerogative" degli studi estetici. Ma non c'è molta materia da contendere, lo shiatsu è una disciplina che ha conquistato una propria autonomia culturale e professionale. Si giungerà ad un compromesso, pensiamo in tempi brevi. Anche in Lombardia ci si appresta ad emanare un regolamento. Le due leggi Regionali tuttavia, non "riconoscono" la professione, ma ne regolamentano solo alcuni aspetti ed offrono un marchio regionale a garanzia dei percorsi formativi effettuati, senza intaccare la libertà di lavorare di coloro che non vorranno sottoporsi a questi regolamenti. Pensiamo comunque che quando la legge Toscana verrà definitivamente varata essa avrà un peso importante su una futura legge che riconosca la professione di Operatore Shiatsu al livello Nazionale.