ALLIANCE DEVELOPPEMENT

Alliance Développement
124 Avenue des Marronniers - 33700 MERIGNAC
Tél : 07 83 61 28 24
SIRET : 813 029 881 00014 / ***N° de déclaration d'activité :*** **72 33 09893 33**

PROGRAMME DE FORMATION

REIKI USUI • NIVEAU 1

Durée du stage : 1 jours - 8 h

Horaire : de 9h à 12h30 et de 13h30 à 18h

Public concerné : Toute personne souhaitant découvrir le Reiki Usui dans une démarche de bien-être, de développement personnel et d'apprentissage d'une pratique énergétique.

Prérequis : Maîtriser la lecture, l'écriture et l'expression orale en français, Être majeur et autorisation parentale pour les mineurs de 16 ans à 18 ans.

Nombre de participants maximum : 2

DEMARCHES ET MOYENS PEDAGOGIQUES

- Livret de formation remis à la stagiaire.
- Apports théoriques.
- Démonstrations de la formatrice.
- Initiations Reiki.
- Exercices pratiques.
- Apprentissage des positions des mains.
- Pratique de l'auto-traitement.
- Pratique d'une séance sur autrui.
- Initiation au pendule appliquée au Reiki.
- Utilisation complémentaire du pendule dans une séance Reiki : découverte et pratique simple, sans diagnostic.
- Échanges et temps de questions/réponses.
- Accompagnement individualisé.
- Groupe de partage et suivi après la formation.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES :

À l'issue de la formation, la stagiaire sera capable de pratiquer une séance de Reiki Usui Niveau 1 sur elle-même et sur une autre personne, dans le respect des principes fondamentaux, de l'éthique et du protocole enseigné.

OBJECTIFS OPERATIONNELS ET EVALUABLES :

A l'issue de la formation, le stagiaire est capable :

- Comprendre l'histoire, les origines et les principes fondamentaux du Reiki Usui.
- Connaître les cinq idéaux du Reiki dans sa pratique et son quotidien.
- Identifier les bases de l'énergie vitale et du système énergétique.
- Identifier les sept principaux chakras et leurs fonctions
- Réaliser un auto-traitement Reiki complet.
- Connaître et appliquer les principales positions des mains.
- Préparer et réaliser une séance Reiki sur autrui selon le protocole enseigné.
- Adopter une posture bienveillante et respectueuse de l'éthique du Reiki.
- Comprendre les limites de la pratique et l'importance de ne poser aucun diagnostic.
- Découvrir les bases de l'utilisation du pendule dans le cadre d'une séance Reiki.
- Utiliser le pendule comme outil d'observation et d'accompagnement, sans établir de diagnostic.
- Développer une pratique autonome et sécurisée.

SANCTION DE LA FORMATION : Au terme de la journée de la formation, le formateur procédera à l'évaluation permettant de déterminer si la technique est acquise et remettra une attestation de formation en fonction des résultats obtenus.

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1 • REIKI USUI NIVEAU 1

9h00 – 10h30 | Accueil et introduction
- Présentation du Reiki.
- Histoire de Mikao Usui.
- Les cinq principes du Reiki.
- Éthique du praticien.
- Première initiation.

10h45 – 12h30 | Comprendre l'énergie Reiki
- Qu'est-ce que l'énergie ?
- Reiki, Rei et Ki.
- Notions de chakras et de corps énergétiques.
- Rôle du praticien Reiki.
- Déroulement d'une séance.
- Notion de crise de guérison.
- Pourquoi pratiquer plusieurs séances ?
- Apprentissage de l'auto-traitement.
- Positions des mains.• Deuxième initiation.

13h30 – 17h30 | Applications et pratique
- Les différentes applications du Reiki.
- Reiki rapide.
- Équilibrage.
- Reiki sur plantes, animaux et aliments.
- Reiki en groupe.
- Initiation au pendule appliquée au Reiki – 30 minutes : prise en main, nettoyage et centrage, convention « oui / non », découverte de l'utilisation sur les chakras et intégration dans une séance Reiki.
- Troisième initiation.
- Posture et attitude du praticien.
- Démonstration d'une séance Reiki.
- Pratique en binôme : donner et recevoir.
- Retour d'expérience.
- Quatrième initiation et intégration.
- Méditation de gratitude.
- Reiju.

17h30 – 18h00 | Clôture
- Conseils pour intégrer le Reiki au quotidien.
- Questions / réponses.
- Remise du certificat.
- Remise du livret.

6. Modalités d'évaluation

La formation comporte une évaluation formative tout au long des deux journées. Les évaluations ont une vocation pédagogique et ne constituent pas une évaluation certificative finale.
- Questionnaire d'entrée / positionnement : identification des attentes, de l'expérience éventuelle et des besoins.
- QCM de vérification des connaissances : histoire et principes du Reiki, cinq idéaux, énergie, chakras, rôle et éthique du praticien, pratiques des niveaux 1.
- Mises en situation pratiques : auto-traitement, séance sur autrui, posture, protocole, utilisation des enseignements du niveau 2 et pratique à distance.
- Observation et accompagnement individualisé par la formatrice.
- Bilan individuel de fin de formation.