

REBALANCING

Brève description de la méthode

Le Rebalancing est une kinésithérapie globale, intégrative et basée sur les massages. Au cours de consultation individuelle (également appelée séance ou session), les forces d'auto-régulation de la cliente sont activées par des contacts attentifs avec la peau, un travail manuel ciblé sur les tissus conjonctifs des fascias, d'assouplissement des articulations (Joint Release), des exercices de respirations et de perceptions, des discussions, et une réorganisation de tous les plans (corporel, psychique et mental).

Le traitement structurel des fascias soulage les tissus conjonctifs tendus et noués et fait de la place pour plus de mobilité. Les tendons, ligaments, muscles et articulations peuvent se réorganiser. Le corps peut également se réorganiser et se redresser plus facilement. Les situations de douleurs peuvent ainsi être positivement impactées. L'espace pour le mouvement est agrandi, les mouvements sont donc plus souples et la perception du corps est affinée. Une nouvelle position interne et externe peut être trouvée.

La méthode de thérapie complémentaire du Rebalancing aide la cliente à reconnaître la manière dont le corps est également marqué et influencé par les attitudes internes. Lorsque la main de la thérapeute agit pour dénouer les tissus, d'anciens sentiments et souvenirs peuvent également être dénoués. Des espaces sont ouverts au cours du dialogue et de la rencontre, au sein desquels la cliente peut se percevoir et s'expérimenter de l'intérieur. Elle peut reconnaître les dynamiques psychosomatiques concernées et quelles expériences, positions et convictions ont entraîné un déséquilibre. Elle peut développer son état de conscience relatif aux liens entre les aspects corporels, émotionnels et psychiques et peut tester les possibilités pour retrouver un équilibre. La thérapeute l'accompagne et la soutient au long de ce processus avec la conscience que chaque être humain dispose de tout ce dont il a besoin pour sa propre guérison.

Le traitement comprend différents éléments :

- Les massages
- des lectures du corps (Bodyreading, diagnostique visuel)
- des soulagements des articulations (Joint Release)
- un apprentissage de la perception
- des discussions

Le Rebalancing est structuré par un système composé de 10 séances successives. La durée d'un cycle varie, mais une dizaine de séances de 60 à 90 minutes espacées d'une à deux semaines, semblent nécessaires pour un changement durable.

Chaque séance est axée sur des parties du corps en particulier et sur les thèmes et émotions qui y sont associés :

Séance 1 : massages et traitements du réseau des fascias du thorax et du diaphragme.

Thèmes : redressement, inspiration, respiration, coeur.

Séance 2 : massages et traitements du réseau des fascias des pieds et des jambes.

Thèmes : confiance, être porté, s'enraciner, occuper la place, s'assumer.

Séance 3 : massages et traitements du réseau des fascias des épaules et des hanches.

Thèmes : élargir, rencontrer, prolonger, percevoir les limites, donner et recevoir, être concerné.

Séance 4 : massages et traitements du réseau des fascias des adducteurs et du bassin.

Thèmes : soutien, contrôle et dévouement, percevoir le centre du corps, ressentir le calme.

Séance 5 : massages et traitements du réseau des fascias du ventre.

Thèmes : confiance, ressentir, digérer, acceptation de soi.

Séance 6 : massages et traitements du réseau des fascias du dos et des rotateurs des hanches.

Thèmes : redresser, se retenir, droiture, retenue.

Séance 7 : massages et traitements du réseau des fascias du cou et de la tête.

Thèmes : mobilité, être authentique, rencontre, orientation, changement.

Séance 8 et 9 : massages et traitements du réseau myofascial pour l'intégration des moitiés droites et gauches ou supérieures et inférieures du corps.

Thèmes : intégration, polarité, responsabilité, réceptivité, créativité active.

Séance 10 : massages de l'ensemble du réseau des fascias du corps pour faire percevoir et ressentir les rapports structurels du corps ainsi qu'un sentiment de plénitude.

Thèmes : communion, résonance, être une partie et un ensemble en même temps.

Un traitement individuel peut s'avérer utile en cas de problèmes liés à une zone corporelle en particulier ou pour un problème en particulier. La réalisation de la totalité de la séquence des dix séances est recommandée pour les troubles chroniques, comme des douleurs, des troubles de la motricité, une fatigue, une perte d'énergie, des états nerveux d'agitation, des troubles psychiques ou si la cliente souhaite approfondir sa compréhension des rapports corps/âme.

La méthode thérapeutique complémentaire du Rebalancing répond aux besoins particuliers de la cliente et adapte le traitement au processus et aux exigences de chaque situation.