

Competenze del Bodyworker in

Oceanic Bodywork® *Aqua*

INTRODUZIONE

L'essere umano è un insieme indivisibile di corpo, mente e spirito che interagisce costantemente con il suo ambiente.

Ogni persona è unica nel suo essere, modo di vivere, di percepire e di agire e con le proprie risorse.

La percentuale dell'acqua nel corpo umano è all'incirca dell'80% nei neonati e 50% nelle persone anziane. L'organismo umano è concepito in modo da mantenere un equilibrio vitale e dinamico e quindi di autoregolarsi.

L'essere umano possiede un potenziale naturale per sviluppare e realizzare le sue possibilità fisiche, mentali e spirituali e diventare autonomo.

Il lavoro in acqua stimola un processo individuale e olistico di corpo, mente, spirito e ambiente. Permette alle/ai clienti di sentirsi sostenuti, accuditi, al sicuro da influenze esterne, liberi nel loro ambiente d'origine. Permette di riconoscere le proprie risorse, la propria potenzialità.

COMPETENZE ED ABILITÀ PROFESSIONALI

L'OBA Bodyworker ha un'attitudine di empatia ed interesse nei confronti delle/dei clienti. È centrato interiormente ed esteriormente. Rispetta gli interessi, valori e diritti delle/dei clienti.

1 Attività professionale

Incontrare. L'OBA Bodyworker instaura un rapporto di fiducia

- discute desideri e aspettative delle/dei clienti
- riconosce le risorse delle/dei clienti
- discute/spiega la sessione OBA

Elaborare. L'OBA Bodyworker entra in contatto con la/il cliente ed il suo processo, assumendo un atteggiamento neutrale

- utilizza consapevolmente le tecniche OBA
- è centrato/cielo terra /colonna vertebrale/Hara
- presta attenzione al tatto, movimenti, respirazione

- favorisce la percezione di se stesso delle/dei clienti
- permette alla/al cliente di sperimentare nuove esperienze fisiche ed emotive
- accoglie movimenti corporei spontanei
- evita di applicare tecniche che non siano in sintonia con l'essere delle/dei clienti in quel momento
- se richiesto, indirizza l'attenzione delle/dei clienti su eventuali disturbi/blocchi
- illustra come tali eventuali disturbi/blocchi sono influenzabili tramite la consapevolezza degli stessi da parte delle/dei clienti

Integrare: L'OBA Bodyworker sostiene la/il cliente nel contatto con se stesso

- riconosce le emozioni delle/dei clienti
- osserva eventuali resistenze
- porta risorse nascoste alla consapevolezza

Trasferire: L'OBA Bodyworker elabora assieme alla/al cliente uno stratagemma per portare l'esperienza della seduta nella sua vita quotidiana

- su richiesta riflette assieme alla/al cliente il succedere energetico, emotivo
- scambia le impressioni e risultati ottenuti
- se richiesto propone strategie per sostenere la/il cliente nell'usare le proprie risorse per restare con se stessa/o

2 Collaborazione

L'OBA Bodyworker collabora, senza sostituirsi, in caso di bisogno e con il consenso delle/dei clienti

- con persone di riferimento delle/dei clienti
- con altri professionisti competenti

3 Sviluppo della personalità

L'OBA Bodyworker si applica a:

- lavorare secondo lo stato attuale dell'arte appresa
- valutare costantemente il proprio operato
- tenersi aggiornato con la formazione continua
- favorire il proprio sviluppo personale
- curare il proprio equilibrio

4 Organizzazione e attività professionale

L'OBA Bodyworker sa:

- crearsi una rete di contatti per piscine ed attività a terra
- informarsi per le condizioni di utilizzo ed eventuali assicurazioni
- organizzarsi a livello amministrativo e finanziario
- tenere una documentazione adeguata della sua attività

LA FORMAZIONE

STRUTTURA	ORE DI CONTATTO	ORE DI STUDIO
Metodo OBA	215	100
Processo personale OBA	55	25
Sessioni ricevute	40	25
Corso OBF&T	15	
Tronco comune	193	385
<u>Fondamenti della professione</u>	26	
Concetto benessere, Concezione essere umano, Etica		
<u>Comunicazione e approccio con la/il cliente</u>	104	140
Psicologia, Comunicazione, Conduzione colloquio, Processi di apprendimento e cambiamento		
<u>Fondamenti di medicina</u>		
BLS/AED	55	190
Biologia, Anatomia, Fisiologia, Patologia, Farmacologia		
<u>Gestione dell'attività</u>	8	55
Legislazione rilevante, Garanzia qualità, Sicurezza clienti, Aspetti assicurativi, Documentazione e archiviazione,		
Pratica certificata	50	70
Tesi finale con Festa d'Esame	7	100
Totale	520	680
Totale ore formazione OBA 1'200		

Ore di contatto: sono ore di insegnamento frontale e le supervisioni con un insegnante qualificato.

Ore di studio: sono le sessioni con le/i clienti, i protocolli e lo studio delle materie effettuato autonomamente.

Un'ora di studio o contatto corrisponde a 60 minuti.

Metodo OBA

Le tecniche del metodo OBA vengono apprese durante 5 corsi: Base (15h), OBA1 Fluid Body (50h), OBA 2 Aquatic Body Body (50h), OBA 3 Oceanic Body (50h), OBA 4 Cosmic Body (50h).

La parte specifica della tecnica OBA è finalizzata all'acquisizione delle competenze elencate.

La/Il Bodyworker OBA

Storia

- Conosce origine, sviluppo e storia dell'OBA

Basi scientifiche

- Conosce il codice Etico e deontologico dell'OB
- Conosce gli effetti dell'acqua calda sul corpo umano
- Conosce gli effetti del principio di Archimede sui corpi immersi in un fluido come l'acqua

Propriocezione

- È consapevole della propria acquaticità
- È radicato nel suo centro (Hara)

Tecniche

- Ha padronanza dell'utilizzo di cuscino e galleggiante
- Sa praticare le tecniche in superficie
- Sa praticare le tecniche sott'acqua
- Conosce le tecniche di estensione
- Conosce le tecniche di flessione
- Conosce le tecniche ad onda
- Conosce le tecniche rotatorie
- Conosce le tecniche con movimenti a leva
- Conosce le tecniche di allungamento
- Conosce le tecniche con posizioni embrionali
- Sa integrare i momenti di quiete

Fondamenti di medicina

- Descrive l'effetto delle varie tecniche e dell'acqua calda sul corpo, sul sistema fisiologico, neurologico
- Conosce gli effetti dell'acqua calda e delle varie tecniche sul sistema emozionale
- Sa integrare il passaggio acqua/terra

Sicurezza clienti e igiene

- Conosce i "Red flags", cioè i sintomi o disturbi somatici che necessitano di un urgente accertamento medico
- Riconosce i livelli d'urgenza delle "Red flags" (immediatamente / entro qualche giorno)
- Descrive l'applicazione pratica dei principi e delle misure d'igiene in piscina e nella struttura utilizzata
- Descrive l'applicazione pratica delle misure di sicurezza e prevenzione incidenti in piscina

Processo personale OBA

Il processo personale OBA serve all'auto-esperienza riflessa. È costituito da:

- 35 sessioni da ricevere da operatori o da studenti (max 15) e 5 da ricevere da insegnanti. Al termine di ogni sessione lo studente redige una valutazione riassuntiva di quanto vissuto.
- 15 ore di OBF&T connessione con le origini di OBA.

Tronco comune OBA, OBF&T e OBAir

La/Il Bodyworker OBA

Fondamenti della professione

Concetto del benessere

- Spiega il concetto di benessere
- Conosce e descrive i concetti e principi della promozione del benessere
- Spiega il benessere e il malessere come processo di auto-organizzazione dinamico

- Analizza aspetti del proprio concetto di benessere (mente/corpo/spirito)
- Descrive i determinanti del benessere e comportamento in materia di benessere (es. stile di vita, comportamento a rischio, determinanti dello stress e coping, risorse, fattori di resilienza, fattori di influenza sociali, economici, demografici e culturali)
- Sa autogestirsi (proprio comportamento in materia di benessere, prevenzione del burnout, equilibrio lavoro/vita privata, gestione delle risorse, gestione dei sentimenti forti, igiene mentale: stabilità psichica / vulnerabilità)

Concezione dell'essere umano

- Conosce la concezione dell'essere umano dell'OB
- Confronta la propria concezione dell'essere umano con quella proposta da OB
- È cosciente della concezione individuale dell'essere umano

Etica

- Riflette sui principi deontologici e direttive di comportamento (autonomia, utilità, prevenzione dei danni, parità di trattamento, principio di proporzionalità, responsabilità, competenze professionali e limiti, rapporto di fiducia con le/i clienti, presentazione al pubblico, collaborazione con altri professionisti)
- Si confronta coi dilemmi etici nella professione
- Conosce gli obblighi legali nei confronti delle/dei clienti (riservatezza, tutela della privacy, obbligo di diligenza)
- Conosce i limiti professionali
- Condivide il codice etico e deontologico dell'OB

Comunicazione e approccio con la/il cliente

Psicologia

- Conosce i fondamenti della psicologia. Approccio bio-psico-sociale
- Descrive gli elementi principali della psicologia cognitiva, dello sviluppo, dell'apprendimento e della comunicazione, le teorie dell'attaccamento (Bowlby e gli sviluppi successivi)

Comunicazione

- Descrive gli aspetti della comunicazione
- È in grado di utilizzare una comunicazione orientata al benessere con grande attenzione e rispetto della/del cliente
- Si pone come osservatore del processo
- Conosce i propri limiti professionali e il concetto di rete professionale
- Sa organizzare i rapporti Bodyworker/cliente (ruolo Bodyworker, prossimità e distanza, empatia, delimitazione, migliorare la percezione dei sensi)
- Riconosce il linguaggio non verbale
- Riconosce elementi sui traumi psichici e adotta le debite cautele

Conduzione di colloquio

- Descrive (essere, sapere e saper fare) diverse forme di tecniche di colloquio e le utilizza nell'ambito delle regole e dei limiti professionali conosciuti
- Sa tenere un primo colloquio, riconosce gli obiettivi e i limiti
- Riconosce le principali dinamiche di gruppo

Processi di apprendimento e cambiamento

- Conosce i diversi processi di apprendimento e cambiamento orientati alle risorse
- Conosce e utilizza tecniche di autopercezione del corpo, dei sentimenti, dei pensieri, modelli di pensiero e comportamento (mindfulness, visualizzazioni)
- Osserva fattori di rischio e di protezione riguardo al mantenimento del benessere
- Conosce metodi di riflessione. L'acqua come mediatore della comunicazione. Il potere curativo/patogeno dei vari stati di coscienza
- Conosce forme di autoriflessione, intervizione (supervisione all'interno di OB), supervisione
- Conosce azioni orientate alle soluzioni (problem solving, obiettivi SMART, vinci/vinci)

Fondamenti di medicina

Primo soccorso BLS/AED, con certificato valido

- Sa rianimare
- Dà l'allarme correttamente
- Tiene conto della propria sicurezza nel portare soccorso
- Applica correttamente le misure BLS, incluso l'utilizzo dell'AED su manichini di adulti e bambini
- Riconosce i segni tipici dell'arresto respiratorio e cardiocircolatorio, dell'infarto cardiaco e dell'ictus
- Esegue correttamente una posizione laterale in caso di perdita di conoscenza
- Applica le misure BLS in scenari di casi concreti
- Descrive il modo di gestire i fattori sfavorevoli al primo soccorso

Biologia

- Spiega la struttura e le funzioni delle cellule e dei tessuti
- Enumera a grandi linee i principali processi metabolici generali
- Descrive la struttura e l'importanza degli agenti microbiologici, anche in particolar modo riferito all'acqua calda
- Conosce le nozioni igieniche di base e descrive i principi e le misure d'igiene rilevanti per la pratica

Anatomia / Fisiologia

- Descrive a grandi linee l'anatomia e la fisiologia dell'essere umano
- Conosce i sistemi del corpo umano e le loro funzionalità

Patologia

- Spiega a grandi linee i principali fenomeni e nozioni della patologia generale e conosce la loro importanza
- Conosce le principali nozioni di patologia infettiva inerenti al lavoro in acqua calda
- Descrive le principali malattie infettive, le vie di trasmissione e le possibilità di prevenzione, in particolar modo correlati con i trattamenti praticati in acqua calda

Farmacologia

- Enumera gli effetti principali e i più frequenti effetti collaterali dei principali gruppi di medicinali in particolar modo correlati con i trattamenti praticati in acqua calda

Gestione dell'attività

Legislazione rilevante

- Descrive i livelli giuridici peculiari nel settore degli Operatori delle discipline bio naturali
- Conosce la gestione della privacy (standard minimi applicabili: GDPR in Europa)
- Illustra l'importanza delle norme rilevanti per l'OB
- Conosce i diritti di protezione del marchio registrato
- È informato sulle autorizzazioni nazionali o regionali

Garanzia qualità e sicurezza clienti

- Spiega sulla base di esempi scelti l'utilizzo di sistemi e strumenti per lo sviluppo della qualità
- Conosce e rispetta i limiti definiti dalla propria formazione per quanto riguarda le conoscenze del corpo umano e le possibilità di supporto
- Valuta correttamente il proprio ruolo e le possibilità della tecnica applicata

Gestione dell'attività

- Possiede le basi di una gestione commerciale e contabile
- Conosce le varie tipologie di marketing
- Conosce il registro OB
- Conosce forme di documentazione, archiviazione

Pratica

Ore di contatto: 10 sessioni con supervisione di un tutor.

Ore di studio: minimo 40 trattamenti con clienti, con protocolli per ogni sessione.

Tesi finale

OBA: Preparare un lavoro scritto di un vostro vissuto, una vostra esperienza o una riflessione sulla stessa che abbia attinenza con OBA e/o l'acqua e un obiettivo di crescita raggiunto.

Festa d'Esame

Esame finale sulle competenze.