

SOPHROLOGIE - NIVEAU 2 - APPROFONDISSEMENT

Cette formation permet d'acquérir la méthodologie d'élaboration de protocole personnalisé en sophrologie à partir de cas clients

Objectifs

- Maîtriser les 4 degrés de sophronisation
- Maîtriser les 4 degrés de relaxation dynamique
- Positionner une activité de sophrologue
- Maîtriser la conception et la procédure de création de protocole

Public Concerné

Toute personne souhaitant se perfectionner à la sophrologie

Pré Requis

Avoir validé le niveau 1

En cas de suivi de la formation en visioconférence, posséder un ordinateur équipé d'une connexion internet haut débit ainsi que d'une webcam et d'un micro.

Méthodes et moyens pédagogiques

Méthodes et moyens pédagogiques :

- Alternance d'exposés suivis de questions-réponses et d'échanges avec les participants et de mises en situation
- Exercices individuels et en sous-groupes – Jeux de rôles - Etudes de cas

Moyens techniques et matériels :

- Support de cours numérique
- Paperboard / Vidéoprojecteur
- Formation pouvant être suivie en présentiel au Centre ou à distance en visioconférence avec partage d'écran, supports visuels et échanges instantanés de messages textuels et de fichiers

Parcours pédagogique

- Les approches méthodologiques en sophrologie :
 - Les exercices de Sophronisation et de Relaxation dynamique du 1er au 4ème degré
 - La respiration, la capacité de détente, la capacité d'écoute du corps, la capacité de concentration, les 5 sens, etc...
 - Le stress, la confiance en soi, l'épanouissement personnel, etc...
- La relation d'aide, schémas et enjeux relationnels
- La définition du rôle et les objectifs du sophrologue
- La définition du cadre et les limites d'intervention du sophrologue
- La conception et la procédure de création de protocoles

Qualification Intervenant(e)(s)

Expert et professionnel du secteur

Type de formation

Présentiel au Centre ou en visioconférence et travail personnel.

Méthodes et modalités d'évaluation

Questionnaire de positionnement pré-formation

Mises en situation professionnelle :

- Rédaction d'un protocole d'accompagnement personnalisé en sophrologie à partir de cas de clients

Questionnaire de satisfaction de l'action de formation

Délivrance d'une attestation des compétences en Sophrologie - Niveau 2

Modalités d'Accessibilité

Accès PMR

Durée

70.00 Heures

10 Jours

Effectif

12 participants maximum

Tarifs

Inter (Par Stagiaire) : 1 040.00 € Net de taxe

Intra (Par Jour) : Nous consulter