

SOPHROLOGUE

SR-CI

Formation en partie éligible au CPF

Objectifs

- Analyser le secteur du bien-être et des approches thérapeutiques non-médicamenteuses
- Identifier des apports et des attentes de clients concernant la sophrologie
- Positionner une activité de sophrologue
- Identifier des motifs de consultations en sophrologie et analyser des attentes de clients
- Structurer des prises en charge et assurer la conduite de séances de sophrologie
- Gérer, promouvoir et développer une activité de sophrologue

Public Concerné

Toute personne souhaitant devenir sophrologue ou utiliser la sophrologie dans son cadre professionnel.

Pré Requis

Etre titulaire du Bac ou avoir le niveau Bac
Ou avoir 3 années d'expérience dans le secteur du bien-être.
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.

Objectifs pédagogiques

Maîtriser les bases fondamentales de la sophrologie
Elaborer un protocole d'accompagnement personnalisé en sophrologie à partir de cas clients
Conduire une séance de sophrologie en respectant le protocole d'accompagnement
Présenter un projet d'implantation d'une activité de sophrologue

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

Qualification Intervenant(e)(s)

Expert et professionnel du secteur

Type de formation

Présentiel + travail personnel.

Parcours pédagogique

Acquisition des bases de la sophrologie

- La sophrologie : historique, définition de la sophrologie, les bases fondamentales de la sophrologie
- La conscience : état et niveau de conscience, relations entre corps et conscience
- Les théories fondamentales de la sophrologie
- La sophronisation de base

Analyse des demandes de clients dans le cadre de séances et proposition d'un protocole d'accompagnement en sophrologie personnalisé

- 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

Conduite des séances de sophrologie, sélection et utilisation des protocoles et des techniques adaptées

- La construction d'une séance, d'un programme de séances
- L'animation des exercices de sophrologie : la relaxation dynamique, la sophronisation
- Les 4 principes de base : action positive, intégration du schéma corporel, réalité objective, adaptabilité
- Le terpnos logos
- L'approche par zone corporelle
- La pratique d'une séance
- La technique du message sophronique pour créer une séance sur mesure par rapport à des problématiques particulières

Création, développement et gestion d'une activité de sophrologue

FORMAQUIETUDE - Numéro de déclaration d'activité (ne vaut pas agrément de l'état) : 84380675438

FORMAQUIETUDE - 9 Avenue Paul Verlaine - 38100 GRENOBLE

Tél. : 04.76.22.80.43 - Fax : 0146524698 - Site internet : <https://www.formaquietude-rhonealpes.fr/> - e-mail : contact@formaquietude.fr

SASU au capital de 1 000 € - 834 029 266 R.C.S. Grenoble - Code NAF : 8559A - N° Siret : 834 029 266 00014

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 84380675438 auprès du préfet de région Auvergne-Rhône-Alpes

Type de formation

- Le projet, le contexte, le marché
- La communication et le marketing
- La gestion et le prévisionnel financier
- Le juridique, fiscal et social
- Le démarrage de l'activité

Les + métier

Méthodes et modalités d'évaluation

Questionnaire en ligne d'évaluation des connaissances
Rédaction d'un protocole d'accompagnement personnalisé en sophrologie à partir de cas de patients
Conduire une séance en sophrologie
Rédaction, remise et présentation d'un rapport d'expérience professionnelle sur les apports d'accompagnements en sophrologie
Présentation d'une activité de sophrologue créée ou à créer
Un certificat de compétences sera délivré aux stagiaires ayant validé les compétences requises.

Modalités d'Accessibilité

Accès PMR

Durée

175.00 Heures
25 Jours

Effectif

12 participants maximum

Tarifs

Inter (Par Stagiaire) : 3 460.00 € Net de taxe
Intra (Par Jour) : Nous consulter