

SOPHROLOGIE & PERSONNE AGÉE

Cette spécialisation "Sophrologie & Personne âgée" vise à maîtriser les protocoles liés aux stress et difficultés de la personne âgée, notamment à travers la compréhension des grandes étapes et le développement du vieillissement.

Objectifs

- Animer des séances de Sophrologie dédiées à la personne âgée de manière individuelle et en groupe

Public Concerné

Professionnel dans le domaine de la santé, du social et de la relation d'aide (Infirmière, Aide-soignante, Psychologue, Psychomotricienne, orthophoniste, Conseillère ESF, ...);
Sophrologue-Relaxologue souhaitant étendre ses compétences

Pré Requis

Etre Sophrologue ou avoir suivi la formation "Sophrologie - Niveau 1 - Initiation"

Objectifs pédagogiques

Comprendre les mécanismes de la vieillesse ;
Maîtriser les techniques sophrologiques spécifiques à la vieillesse ;
Adapter sa pratique en fonction des problématiques rencontrées.

Méthodes et moyens pédagogiques

Méthodes et moyens pédagogiques :

- Lectures de documents
- Mises en situation et jeux de rôle
- Études de cas
- Réflexions de groupe

Moyens techniques et matériels :

- Support de cours relié
- Paperboard
- Vidéoprojecteur

Parcours pédagogique

Cours théorique :

La sophrologie et les personnes âgées :

- Comprendre les personnes âgées
- Définition de la vieillesse
- Comprendre les grandes étapes et le développement du vieillissement (physique, psychique et émotionnel)
- Les différents troubles liés à la vieillesse
- Comprendre les différents lieux collectifs pour les personnes âgées (EHPAD,...)

Cours pratique :

Protocoles types :

- Stress émotionnels
- Stress physiologiques
- Stress lié à la transformation physique
- La vitalité
- Le sommeil
- L'humeur
- La mémoire
- Le stress de la maladie
- L'alitement ou le fauteuil
- Le lâcher-prise et le deuil

Qualification Intervenant(e)(s)

Sophrologue-Relaxologue

Type de formation

Présentiel

Les + métier

Proposer des séances de sophrologie à des personnes âgées, de manière individuelle ou en groupe, en cabinet, à domicile, en EHPAD, en maison

Méthodes et modalités d'évaluation

Questionnaire de positionnement pré-formation

Exercices et mises en situation tout au long de la formation

Questionnaire de satisfaction de l'action de formation

Modalités d'Accessibilité

Accès PMR

Durée

14.00 Heures

2 Jours

Effectif

De 3 à 10 Personnes