

SOPHROLOGIE - NIVEAU 3 - PERFECTIONNEMENT

Cette formation permet de maîtriser les techniques d'animation de séance de sophrologie individuelle ou en groupe et de réaliser un suivi personnalisé de client.



1 040,00 € Net de taxe



56 heures



Présentiel au Centre et travail personnel



Certificat de compétences en sophrologie - niveau 3

Objectifs

Conduire une séance de sophrologie Optimiser des apports d'accompagnements en sophrologie

Public concerné et prérequis

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

Avoir validé le niveau 2

Moyens pédagogiques et matériels

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

Support de cours numérique

Paperboard / Vidéoprojecteur

Modalités d'évaluation des acquis

Questionnaire de positionnement pré-formation

Mises en situation professionnelle : Conduite de séance de sophrologie

Questionnaire de satisfaction de l'action de formation

Taux de satisfaction

En 2020 :

100 % des stagiaires sont globalement très satisfaits de la formation

100 % des stagiaires recommandent la formation

Taux de réussite

En 2020 :

100 % des stagiaires ont validé leurs évaluation de compétences de sophrologie - niveau 3

Type d'Intervenant

Expert et professionnel du secteur

Effectif maximal

12 stagiaires

Délais d'accès à la formation

4 mois

Accessibilité personne en situation de handicap ou en cas de difficultés d'apprentissage

Accès PMR

Matériel à prévoir

Afin de vous sécuriser, merci de prévoir également le matériel suivant :

- ✓ Masques
- ✓ Désinfectant pour les mains
- ✓ Bloc-notes + stylo
- ✓ Bouteille d'eau marquée à votre nom
- ✓ 1 paquet de mouchoirs

Débouchés et + métier

Cette formation de niveau 3 permet d'animer des séances de sophrologie en individuel ou en groupe, la sophrologie étant aujourd'hui la méthode alternative préférée des français.

Programme

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