

Bloc 1 - Analyse de la demande du client et élaboration d'un protocole d'accompagnement

Cette formation correspond aux compétences du Bloc 1 du référentiel d'activités de
SOPHROLOGUE - Titre RNCP - Niveau 5.

Elle permet d'acquérir les bases de la Sophrologie ainsi que la méthodologie d'élaboration de protocoles
d'accompagnement à partir de cas clients.

Durée totale de la formation : 126 heures (Vendredi / Samedi) réparties de la façon suivante :
98 heures de présentiel en classe virtuelle à distance

28 heures de pratique personnelle avec mise à disposition d'une plateforme LMS et d'un espace d'échanges



1 850,00 € Net de taxe



98 heures



En classe virtuelle



Attestation de compétences

Objectifs

RNCP 36161

Maîtriser les 4 premiers degrés de la sophrologie
Maîtriser la conception et la procédure de création de protocole

Public concerné et prérequis

Toute personne souhaitant devenir Sophrologue

Etre titulaire d'un titre ou diplôme de niveau 4
Ou avoir 2 années d'expérience dans le secteur du bien-être

Moyens pédagogiques et matériels

Questionnaire préalable à la formation afin d'évaluer les points forts et les attentes
des stagiaires

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
Support de cours numérique
Visioconférence avec partage d'écran
Paperboard
Plateforme LMS

Modalités d'évaluation des acquis

Mises en situation professionnelle : rédaction d'un protocole d'accompagnement
personnalisé en Sophrologie à partir de cas de clients
Une attestation de compétences est délivrée au stagiaire à l'issue de l'examen

Taux de satisfaction

En 2022 :
100 % des stagiaires sont globalement très satisfaits de la formation
100 % des stagiaires recommandent la formation

Taux de réussite

En 2022 : 100 % des stagiaires ont validé leurs évaluations de compétences de
Sophrologie - Bloc 1

Type d'intervenant

Professionnel expérimenté du secteur

Effectif maximal

16 stagiaires

Délais d'accès à la formation

14 jours ouvrés (Articles L221-18 du code de
la consommation et L6353-05 du code du
travail)

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

En classe virtuelle

Matériel à prévoir

1 tapis de sol (à défaut un plaid ou
couverture)
1 coussin
Etre équipé d'un ordinateur connecté à
internet avec webcam, micro et haut-
parleur pour les classes virtuelles
Posséder le matériel informatique
nécessaire au téléchargement et impression
des supports de cours.

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 permet d'acquérir les bases fondamentales de la Sophrologie et d'élaborer un protocole d'accompagnement. Elle prépare au bloc 2 de la formation de Sophrologue : Construction de séances de Sophrologie individuelles ou collectives

Programme

Définition du cadre sophrologique (fondements, conscience, vivance, ...) et des champs de compétences de la sophrologie

Définition des objectifs d'accompagnement (La respiration, la capacité de détente, la capacité d'écoute du corps, la capacité de concentration, les 5 sens, la gestion du stress et des émotions, la confiance en soi, etc...)

Le cadre et les limites d'intervention du sophrologue (son rôle et ses objectifs)

L'anamnèse et entretien pré-sophronique

Définition des objectifs, des besoins du client,

L'alliance Sophronique

Conception et procédure de création de protocoles personnalisés

Choix des exercices de Sophronisation et de Relaxation Dynamique des 4 premiers degrés adaptés aux besoins du client