

SOPHROLOGIE - NIVEAU 2 - APPROFONDISSEMENT

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



1300.00 € Net de taxe



70 heures



Présentiel au Centre et travail personnel



Attestation de compétences en sophrologie - niveau 2

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 et prérequis

Toute personne souhaitant se perfectionner à la sophrologie

Avoir validé le niveau 1

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

Support de cours numérique
Paperboard / Vidéoprojecteur

Modalités d'évaluation des acquis

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

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 tests de fin de formation

Type d'Intervenant

Expert et professionnel du secteur

Effectif maximal

12 stagiaires

Délais d'accès à la formation

4 mois

Accessibilité lieu de formation

Accès PMR

Matériel à prévoir

1 tapis de sol (à défaut un plaid ou couverture)
1 coussin

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 2 permettant d'acquérir les outils de conception et création de protocole personnalisé prépare au niveau 3
- Animation de séance.

Programme

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