

SOPHROLOGIE - NIVEAU 2 - APPROFONDISSEMENT

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



1 300,00 € 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 personne en situation de handicap ou en cas de difficultés d'apprentissage

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