

FORMATION AU METIER DE SOPHROLOGUE

Finalité :

Dans un environnement où le stress est devenu une banalité, le métier de « Sophrologue » est une réponse efficace et alternative pour répondre aux besoins des individus et des structures, dans la prévention et la gestion du stress, des tensions et risques psycho-sociaux. Nous vous proposons un parcours certifiant de 334 heures.

Les objectifs :

- Développer les compétences de sophrologue,
- Savoir accompagner efficacement les publics dans la régulation de leurs difficultés (en individuel, en collectif, dans des cadres professionnels),
- Prévenir les risques de stress, et les problématiques émotionnelles,
- Accompagner les entreprises dans la prévention des risques psycho-sociaux,
- Devenir un acteur de la relation d'aide,
- ...

En fin de parcours, il sera délivré un certificat de sophrologue praticien avec toutes les compétences associées.

Public :

Tous les publics souhaitant accompagner des personnes ou groupes vers plus de bien-être.

Contenu :

- Cycle 1 : Technique de présentisation
- Cycle 2 : Technique de prétérisation
- Cycle 3 : Technique futurisation
- Cycle 4 : Technique de totalisation et intégration
- Evaluation intermédiaire
- Module : Communiquer avec pertinence pour bien accompagner – PNL
- Module : Savoir diagnostiquer les besoins du client et construire un plan d'accompagnement porteur de sens – Programmation Neuro Linguistique
- Module : Sophrologie ludique
- Module : Gestion du stress individuel et en entreprise
- Module : Sophrologie et enfant
- Module : Stage de mise en application (Secteur social ou sanitaire ou entreprise)
- Module : Animation de séances individuelles et de cours collectifs

- Module : Autoformation suivie
- Module : La Sophro-Energie
- Module : Ouvrir son cabinet
- Evaluation finale Mémoire et mise en situation

Un programme détaillé du cursus de formation vous sera envoyé sur demande.

Durée

48 journées de formation répartie sur l'année, 334 heures de formation.

Calendrier / Lieu :

Formation annuelle

Dates à demander / sur Toulouse

Tarif :

- Individuel : 3200 €
- Entreprise : 4600 €

Modalités de mise en œuvre :

Alternance de:

- phases théoriques dispensées au moyen d'un vidéo projecteur et de diaporama,
- phases de mise en pratique soit en groupe soit en individuel. Ces mises en situation seront utilisées pour faciliter l'auto-critique du stagiaire et une réflexion collective sur la posture de la personne pour bien tenir son rôle. L'utilisation de séquences filmées permettent aux stagiaires de prendre du recul sur leurs pratiques. Des outils de coaching sont utilisés pour optimiser la montée en compétence.

Intervenants référents :

Patrick Roubiscoul : Responsable de la formation de sophrologue - Ingénieur en formation et systèmes d'emploi - Sophrologue - Thérapeute - Maître praticien en PNL (Programmation Neuro Linguistique) et Praticien en méthode de facilitation relationnelle et gestion de conflit d'Arnold Mindell - Consultant et formateur en ressources humaines (Gestion du stress et des conflits, Communication, formation de formateur, formation de conseiller en accompagnement.

Emmanuelle Lebris : Educatrice spécialisée, Sophrologue, Maître praticien en PNL (Programmation Neuro Linguistique) et Praticien en résolution des conflits. Spécialisée en

accompagnement des enfants, des adolescents et des adultes dans leurs difficultés personnelles, familiales et relationnelles.