

Technicien(ne) en sophrologie - Acquérir les compétences techniques de base et avancée en sophrologie

Information fournie
par :
Carif-Oref Défi
métiers

Date de mise à jour : 16/10/2020 | Identifiant OffreInfo : 14_AF_0000003216

Objectifs, programme, validation de la formation

Objectifs

- Comprendre les théories et concepts de la sophrologie du cycle fondamental, afin d'apporter des connaissances à vos clients
- Guider les techniques sophrologiques fondamentales en fonction de leur intentionnalité
- Adapter les textes et placer votre voix pour obtenir les effets en fonction des objectifs des exercices guidés
- Pratiquer la Sophro-Etude des Phénomènes (SEP) afin d'orienter l'entraînement inter-séance de votre client, incluant la justifications des choix techniques et leur adéquation en fonction de son évolution
- Conduire un accompagnement en suivant le fil pédagogique enseigné dans le cycle fondamental de la sophrologie

Programme de la formation

Définition, buts, histoire de la sophrologie, les différents courants, les différences d'avec l'hypnose, le yoga, etc... la méthode complète, la démarche pédagogique, les cinq principes de la sophrologie
La pédagogie de l'apprentissage, trois grandes écoles, différence entre réflexe et habitude, outils pour favoriser un apprentissage

Sophrologie et impact sur l'anatomie, la respiration, les cinq systèmes anatomiques et les glandes endocrines associées, les muscles, les cuirasses musculaires, la cellule, neurophysiologie de la conscience, petit lexique de terminologie médicale, conduite à tenir en cas de problèmes, l'orientation vers un professionnel médical ou psychologue

L'Etape Préparatoire, le processus de modification de conscience

L'Etape de Présentation, les états et niveaux de conscience, les étapes historiques de l'évolution de conscience, la conscience du maintenant, les facultés d'attention et de concentration, le schéma corporel et l'estime de soi

L'Etape de Futurisation, la temporalité, l'imagination et ses troubles, la projection, l'importance de l'intentionnalité, la perception

L'Etape de Prétérisation, la mémoire, la prétérisation, l'utilisation des sens, les positions et attitudes existentielles

L'Etape de Totalisation, les valeurs essentielles et fondamentales, la région phronique

Les différents temps de la phase technique

L'impact des postures sur le niveau de vigilance

Théorie et pratique des techniques sophrologiques : la lecture du corps, le bilan respiration et les exercices respiratoires, la sophronisation de base, le déplacement du négatif, l'activation ou l'harmonisation corporelle, la respiration synchronisée, la relaxation dynamique du corps et le dévoilement du schéma corporel sans jugement, la présence du positif, l'attention/concentration, la futurisation libre, la projection d'une capacité, la programmation future, la relaxation dynamique de l'esprit, l'acceptation progressive et son entretien pré-technique, la stimulation projective, la

prétérisation libre, la prétérisation sensoperceptive, le programme de prétérisation, l'association onirique, la substitution mnésique, la rétrovivance d'une capacité, la stimulation sensorielle, la relaxation dynamique du corps et de l'esprit, la relaxation dynamique des valeurs, la manence-rétromanance, la présence d'une valeur, la trimension interne et externe

Le terpnos logos et l'écriture des textes. Méthode pour savoir écrire ses textes

Le placement de la voix en fonction des exercices et des temps techniques

Théorie et pratique de la Sophro-Etude des Phénomènes (SEP)

Les éléments du dialogue pré et post-technique

Description des phénomènes et phénoménologie

Le recadrage positif, le concept d'alliance, le transfert et le contre transfert

Les buts du cycle fondamentale en sophrologie

L'évolution pédagogique de la méthode

L'interaction des techniques entre elles

Validation et sanction

Attestation d'acquis ou de compétences;Attestation de suivi de présence

Type de formation

Non certifiante

Sortie

Métiers visés

Code Rome

- K1103 : Développement personnel et bien-être de la personne

Durée, rythme, financement

Modalités pédagogiques

Durée

192 heures en centre, 32 heures hebdomadaires

Conventionnement : Non

Financier(s)

Conditions d'accès

Public(s)

Demandeur d'emploi, Salarié

Modalités de recrutement et d'admission

Entretien;Dossier

Niveau d'entrée : Information non communiquée

Conditions spécifiques et prérequis

Des qualités humaines comme l'écoute, le bon contact, la motivation autour de son projet. Débutant ou tous professionnels médicaux ou paramédicaux, pour compléter leur formation initiale avec des compétences en sophrologie

Modalités d'accès

Lieu de réalisation de l'action

formation entièrement présentielle

Adresse

Évolution formation conseil

23 Rue de la Poterie

77130 - Montereau-Fault-Yonne

Responsable :

Téléphone fixe : 01 64 24 04 28

Contacteur l'organisme

Contacts

Contact sur la formation

Responsable :

Téléphone fixe :

fax :

Site web :

Contacteur l'organisme

Contacteur l'organisme formateur

Penot patricia

SIRET: 42471371700066

77130 Montereau-Fault-Yonne

Responsable : PENOT

Téléphone fixe : 01 64 24 04 28

Site web : <https://evolutionsophroformation.com/>

Contacteur l'organisme

Période prévisibles de déroulement des sessions

du 24/11/2020 au 08/10/2021

débutant le : 24/11/2020

Adresse d'inscription

Évolution formation conseil

23 Rue de la Poterie

77130 - Montereau-Fault-Yonne

Etat du recrutement : Ouvert

Modalités : Entrées / Sorties à dates fixes

Organisme responsable

Évolution formation conseil

SIRET : 42471371700066

Adresse

Évolution formation conseil

23 Rue de la Poterie

77130 - Montereau-Fault-Yonne

Téléphone fixe : 01 64 24 04 28

Contactez l'organisme