



FORMATION AUX PRATIQUES PSYCHOCORPORELLES



Module

Sophrologie

Cet enseignement a pour objectif de former l'apprenant à la pratique de techniques en sophrologie.

Il s'agit d'être capable d'analyser et d'écouter la demande du client : concevoir un protocole dans lequel l'apprenant induit un niveau de conscience modifié appelé niveau sophro-liminal, anime une activation intra-sophonique, dans le but d'accompagner son client vers un état de conscience harmonieux et ainsi lui transmettre des outils à utiliser dans son quotidien.

L'enseignement porte sur l'histoire de la sophrologie, les différents champs d'applications, ainsi que sur l'expérimentation progressive et répétée en vue de l'apprentissage de relaxations dynamiques et de techniques spécifiques.

Notre formatrice :



Mme Enora DENIS

Sophrologue, Enseignante en
Sophrologie,.



Objectifs de la formation du premier niveau

THEORIE

- Présentation synthétique de la sophrologie. Définition, Historique et fondements, Principes, Techniques, Indications, Contre-indications. - La conscience humaine et les niveaux de conscience. Définition de la conscience par l'école sophrologique, les états et les niveaux.
- Le schéma corporel.
- Définition, les trois facteurs pour l'élaboration du schéma corporel, la vision dynamique du schéma corporel.
- Le terpnos logos.
- Définition, objectifs, la voix du sophrologue, le contenu du discours, recommandations.
- Protocole de la relaxation dynamique du premier degré abrégé.
- Premiers exemples de terpnos logos de techniques spécifiques.

PRATIQUE

- Vivre l'expérience d'une séance de sophrologie en se référant aux différentes étapes : pré-sophronique ; activation sophronique ; post-sophronique.
- De l'expérience à l'animation : être capable d'animer les trois techniques clés : lecture du corps, libération des tensions inutiles, sophro-présence du positif.
- Être capable d'identifier ce qu'est l'alliance thérapeutique.

Eligibilité

Professionnels de santé réglementés (médicaux & paramédicaux),
Professions des métiers de santé non réglementés,
Professionnels en reconversion (niveau Bac)

Lieu de formation

Centre Vitruve
23 rue Galilée, 4^{ème} étage
75116 Paris

Durée

40h* réparties sur deux soirs et deux week-ends complets
*(dont 5h de travail personnel en distanciel évalué)

Tarif du Module*

1 350€ (tarif individuel)
2 100€ (tarif prise en charge)

***Tarifs dégressifs en fonction du nombre de modules de formation**



Pour plus d'informations, contactez :

Marion Leclair

Co-directrice et coordinatrice de formation

✉ contact@vitruveformation.com

☎ 01 47 66 28 95

