

Sophrologie Les 4 protocoles Module initiation

Financement

Formation professionnelle continue
Non conventionnée / sans dispositif

Organisme responsable et contact

ASECEL ECOLEFEST

Montano

06.65.77.23.34

formation@ecolefest.fr

Accès à la formation

Publics visés :

Demandeur d'emploi
Jeune de moins de 26 ans
Personne handicapée
Salarié(e)
Actif(ve) non salarié(e)

Sélection :

Dossier
Entretien
Inscription directe ou par un conseiller
en insertion professionnelle
Information collective

Niveau d'entrée requis :

Niveau Préqualification (Niveau 2
européen)

Conditions d'accès :

Entretien d'encadrement du projet de
formation avec les conseillers en amont afin
de vérifier la maturité du projet. Un modèle de
business plan est partagé à développer
ensemble

Prérequis pédagogiques :

Savoir lire, écrire, compter et avoir un projet
de formation bien définie

Contrat de professionnalisation possible ?

Non

Objectif de la formation

A l'issue de cette initiation vous serez familiarisé avec le métier de Sophrologue. à partir de 5 chapitres. - Connaître l'histoire de la sophrologie, - Connaître les objectifs et les moyens et les concepts (théories de la sophrologie et de pratique du sophrologue, - Réaliser les différents exercices utilisés en séance et l'animation de séances ainsi que la conception de protocoles jusqu'aux différentes formalités pour vous installer en tant qu'indépendant." la proposition des exercices physiques et mentaux utilisés (sophronisations et relaxations dynamiques) à partir des séances

Contenu et modalités d'organisation

Chapitre-I 1 LES ORIGINES Son fondateur ALFONSO CAYCEDO définition/ usages/ influences de la sophrologie 2 LES MOYENS ET LES DIFFERENTS OBJECTIFS DE LA SOPHROLOGIE a) LES MOYENS la respiration contrôlée détente musculaire suggestion mentale b) LES OBJECTIFS détente du corps et du mental écoute de ses ressentis prise de conscience Apport théorique / Pratique (jeu de rôle) Quizz de progression - contrôle continu Chapitre-II 3 LES CONCEPTS DE LA SOPHROLOGIE a) LES 4 THEORIES SUR LES QUELLES ELLE EST CONSTRUITE la théorie des états de conscience la théorie des niveaux de vigilance la loi de la vivance phronique la loi de la répétition vivantielle b) LES 2 TYPES D EXERCICES EN SOPHROLOGIE les 27 relaxations dynamiques RD les 26 exercices de sophronisations Apport théorique / Pratique (jeu de rôle) Quizz de progression - contrôle continu Chapitre-III 4 LES 5 GRANDS PRINCIPES DE LA SOPHROLOGIES principe d action positive principe d intégration du schéma corporel principe de réalité objective principe d adaptabilité le terpnos logos Apport théorique / Pratique (jeu de rôle) Quizz de progression - contrôle continu Chapitre-IV Le respect du code de déontologie le respect du cadre thérapeutique EN PRATIQUE : - comment animer une séance de sophrologie - comment construire un protocole d'accompagnement - quels sont les grands types d'accompagnement Quizz de progression - contrôle continu Chapitre-V étude de marché les cibles possibles les offres potentielles le bilan prévisionnel le statut juridique Échanges Exercice cas pratique par binôme (jeu de rôle) Quizz de progression - contrôle continu Chapitre-VI la déclaration d activité le cabinet de travail les assurances la comptabilité la banque les différents supports de communication pour se faire connaître bilan du projet individuel stratégie de poursuivre entretien individuel pour les projets Grille d'évaluation finale validation des acquis

Commentaires sur la durée hebdomadaire Une attestation fin formation est délivrée après le parcours de 6 jours avec une possibilité de continuer dans l'approfondissement de la pratique par des modules ultérieurs
Parcours de formation personnalisable ? Oui Type de parcours Non renseigné
Commentaires sur la parcours personnalisable 5 chapitres partagés par deux blocs

Validation(s) Visée(s)

> Attestation de fin de formation

Et après ?

Suite de parcours

Une attestation fin formation est délivrée après le parcours de 6 jours hebdomadaire avec une possibilité de continuer dans l'approfondissement de la pratique par des modules ultérieurs

Calendrier des sessions

Numéro Carif	Dates de formation	Ville	Organisme de formation	Type d'entrée	CPF	Modalités
00414011	du 29/01/2024 au 03/02/2024	Eysines (33)	ASECEL ECOLEFEST		Non éligible	
00427276	du 16/02/2024 au 02/03/2024	Eysines (33)	ASECEL ECOLEFEST		Non éligible	
00414412	du 27/05/2024 au 08/06/2024	Eysines (33)	ASECEL ECOLEFEST		Non éligible	

00427277

du 07/06/2024 au
22/06/2024

Eysines (33)

ASECEL
ECOLEFEST

Non
éligible



00450475

du 19/09/2024 au
28/09/2024

Eysines (33)

ASECEL
ECOLEFEST

Non
éligible



00508476

du 11/11/2024 au
13/12/2024

Eysines (33)

ASECEL
ECOLEFEST

Non
éligible

