

Centre de Formation aux Médecines Naturelles Natuorelax



SOPHROLOGIE EN PRATIQUE

Objectifs

- Maîtriser les connaissances théoriques et les compétences pratiques nécessaires à l'exercice professionnel de la sophrologie afin de suivre des personnes individuellement ou en groupe.
- Maîtriser les techniques spécifiques de la sophrologie.
- Élaborer et personnaliser un accompagnement individuel et en groupe.
- Animer et adapter les techniques sophrologiques.
- Respecter les règles déontologiques du secteur de la Sophrologie.
- Reconnaître la limite de ses compétences et être capable de réorienter son consultant vers les acteurs de la médecine allopathique si nécessaire.

Public et prérequis

- Tout public souhaitant utiliser la sophrologie dans un cadre professionnel.
- Personne majeure.
- Entretien préalable à toute inscription.

Durée

- 11 mois : 210h de formation en présentiel + 100h de travail personnel via une plateforme en ligne
- 2 jours de mise en situation professionnelle. (Accompagner en sophrologie des volontaires au sein du centre de formation)
- Supervision individuelle (optionnelle)
- Accès illimité à la plateforme.

Délai d'accès

Dès la réception des formalités administratives dûment remplies et signées, un lien est envoyé par mail afin d'activer l'espace du stagiaire sur la plateforme en ligne. Une fois le lien activé, le stagiaire peut démarrer sa formation selon le déroulé pédagogique.

Pour la partie en présentiel, le stagiaire peut s'inscrire jusqu'à 7 jours avant le début de la session. Plusieurs dates par an sont proposées.

Moyens et outils pédagogiques

Formation mixte, à distance + présentiel

- Cours à distance via une plateforme en ligne (word, pdf, tableur, vidéos).
- Webinaires ou visioconférence à thème
- Suivi pédagogique avec les référents de formation (messagerie, forum de discussion, mail...).
- Forum d'échange entre les élèves.

La plateforme de e-learning comprend :

- Module de cours
- Quiz chronométrés
- Supports audio et/ou vidéo
- Replay de visioconférence (webinaires)

En présentiel :

- Tableau blanc
- Paperboard
- Vidéo projecteur
- Tables de massage
- Matériels d'apprentissage pratique divers selon les besoins de la formation

Modalités d'évaluation

- Autoévaluation à la fin de chaque module via un quiz
- Évaluation continue des techniques en pratique durant les sessions en présentiel
- En fin de cursus : test final chronométré, en ligne.

Certification

Le centre Naturorelax délivre la certification interne « **Sophrologie en pratique** » en fin de formation si la note minimale de 10/20 est obtenue au test final.

Effectif

16 stagiaires maximum par session

Tarif

3000 € TTC

Référent pédagogique

Charley BREUILLE : Praticienne et enseignante en Sophrologie

Programme

Module 1 : INTRODUCTION A LA SOPHROLOGIE

Module 2 : CONSCIENCE ET SOPHROLOGIE

Module 3 : EXPLORER NOTRE ECOSYSTEME

Module 4 : THEORIES FONDAMENTALES DE LA SOPHROLOGIE

Module 5 : CHAMPS D'APPLICATION

Module 6 : LES THEORIES DE PRATIQUE DU SOPHROLOGUE

Module 7 : LES OUTILS DU CHANGEMENT 1

Module 8 : LES OUTILS DU CHANGEMENT 2

Module 9 : INSTALLATION ET MISE EN SITUATION PROFESSIONNELLE

STAGE : ACCOMPAGNER EN SOPHROLOGIE DES VOLONTAIRES AU SEIN
DU CENTRE DE FORMATION.

Programme détaillé sur demande via l'onglet « contact » du site internet ou l'espace « chat »