

Sophrologue

Objectif

Compétences ou capacités évaluées : Conduire la première séance pour établir un protocole sophronique
Exercer la sophrologie conformément au protocole établi au travers des techniques sophroniques
Établir un bilan des séances et de l'entraînement du client
Réaliser et animer des séances de groupe
Exercer le métier de sophrologue en libéral [Replier](#)

- [Dates & lieux \(2\)](#)
- [Contenus](#)
- [Organisation](#)
- [Carte](#)


• **Le Bois-d'Oingt - Du 01/01/2019 au 31/12/2020**

- Champblanc- Route de Légny - 69620 Le Bois-d'Oingt
- [EFDS - Caval connect](#) -
- Contact : Borchhi Sébastien ([Contacter](#))

Public et financement

Financement	Effectif	Recrutement
Bénéficiaire de l'action	--	Ouvert

Public : Tout public

Trouvez un logement pour votre formation / stage sur le site partenaire :  ma formation. mon logement

Le Bois-d'Oingt - Du 30/12/2020 au 30/12/2021

- Champblanc- Route de Légny - 69620 Le Bois-d'Oingt
- [EFDS - Caval connect](#) -
- Contact : Borchi Sébastien ([Contacter](#))

Public et financement

Financement	Effectif	Recrutement
Bénéficiaire de l'action	--	Ouvert

Public : Tout public

Trouvez un logement pour votre formation / stage sur le site partenaire :  ma formation. mon logement

Programme

PROGRAMME DE FORMATION PARTIE 1 : DEVENIR SOPHROLOGUE

Module 1 :

Les fondements de la sophrologie

Définition-Historique-Domains d'application

La relaxation et ses bienfaits

Le lâcher-prise

Module 2 :

Le stress et le rôle de la sophrologie dans sa gestion

La conscience, le fonctionnement du cerveau et l'hypnose

Le schéma corporel et l'image du corps

Les techniques de relaxation (respiration,

Détente corporelle, visualisation, suggestions..)

Module 3 :

Les apports occidentaux de la sophrologie :

Training Autogène de Schultz et Relaxation Progressive de Jacobson

La Programmation Neuro Linguistique et ses techniques de communication

Module 4 :

L'anamnèse et la détermination d'objectif

Les concepts Rogeriens

Le Terpnos Logos

La trame de la sophronisation de base

La motivation

Module 5 :

Les techniques intrasophroniques

L'élaboration de fiches de séance

Autres techniques de PNL et d'Hypnose

2. Module 6 :

Les Relaxations Dynamiques

L'élaboration du protocole
Concept de prise en charge
Module 7 :
Les divers champs d'application de la sophrologie
Le changement et les croyances
PNL (2ème partie)
Module 8 :
L'alliance sophronique
Transferts/Contre-transferts/Projection
La supervision
Résistances et Mécanismes de défense
Module 9 :
La norme et la personnalité
Les névroses et les psychoses
La gestion des émotions
La sophroanalyse
Module 10 :
Le sommeil
Les enfants
Le cadre juridique et déontologique du sophrologue
Le projet professionnel

PROGRAMME DE FORMATION PARTIE 2 : DEVENIR SOMATOTHERAPEUTE

Module 1 :
Les fondements de la psychologie.
La psychologie de l'enfant et de l'adolescent.
Les concepts de confiance en soi et d'estime de soi.
Module 2 :
La conscience et ses différents états modifiés.
Le rôle du sommeil et des rêves.
Le rôle du stress et des émotions et leur impact physiologique et psychologique sur l'expérience de vie de l'individu.
Module 3 :
Les théories psychanalytiques,
et particulièrement celles de Freud, de Jung et d'Adler.
Module 4 :
Les différentes thérapies existantes.
Quelques exemples : l'analyse transactionnelle,
les thérapies familiales systémiques,
la Gestalt thérapie,
les Thérapies Cognitives et Comportementales...
Module 5 :
Les outils de communication de la Programmation Neuro Linguistique.
Les croyances, le changement.
Module 6 :
La personnalité, les psychoses et névroses.
Les différents besoins de l'être humain et approfondissez votre compréhension de l'approche humaniste.
Module 7 :
L'anamnèse et la prise en charge
Les concepts rogériens

Les mécanismes intervenant dans la relation thérapeutique
(Transfert / Contre-transfert/ Projection...)

Module 8 :

La relaxation

Ses bienfaits dans le cadre de la thérapie

Module 9 :

Autres outils thérapeutiques pour la gestion du stress.

Outils de Thérapies Cognitives et Comportementales.

La méthode Coué.

Plan de votre projet professionnel.

Module 10

Modules de Spécialisation

Les é

Objectif Général

Certification

Validation de la formation

[Sophrologue](#)

Niveau de sortie : Niveau III : BTS, DUT

Sophrologue

Modalités pédagogiques

Modalité d'enseignement : formation entièrement présentielle

Durées et rythmes

cursus de 10 à 12 mois.

Admission

Niveau d'entrée :

sans niveau spécifique

Recrutement :

Niveau BAC conseillé/n

Organisme responsable

[Sébastien Borchhi - EFDS - Caval Connect](#)

648 route des ponts tarrets

69620 Légny

Mail : contact@efds-sophrologie.fr

Site web : <https://www.efds-sophrologie.fr/>

Réf : 03_R102056
Mise à jour : 11/12/2019
