



Pour qui ?

Sophrologues diplômés, quelle que soit l'école de Sophrologie et étudiants en formation à la sophrologie. Médecins, psychiatres, psychologues, psychothérapeutes, IDE, AMP, hypnothérapeutes et praticiens en relation d'aide.

Niveau de connaissances préalables requis :

Connaissance du vocabulaire et des concepts sophrologiques

Durée : 1 journée

Date : 5 avril 2020

Tarif* : 190 € Net de Taxe

**Si plusieurs séminaires c.f. fiche tarifs*

Annulation du séminaire possible pour manque de participants, au plus tard 15 jours avant la date.

Enseignant : Judith DUMAS – Sophrologue Humaniste – Spécialisée dans l'accompagnement de la famille

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- ☞ Expliquer les transformations vécues à l'adolescence
- ☞ Rappeler les étapes clefs au plan scolaire et identifier les conduites à risque
- ☞ Comprendre la place du sophrologue dans le processus d'accompagnement
- ☞ Savoir bâtir un programme d'accompagnement en lien avec les différents acteurs

CONTENU

Une période de transformation

- ☞ Les métamorphoses du corps
- ☞ La maturation du cerveau
- ☞ Les changements relationnels
- ☞ La construction d'une identité

Les étapes clefs au plan scolaire

- ☞ Les années collège, étapes clefs et acquisitions
- ☞ Les années lycées, étapes clefs et autonomie
- ☞ La préparation aux examens
- ☞ L'orientation

Les conduites à risques

- ☞ L'exposition aux médias et aux écrans
- ☞ Les réseaux sociaux
- ☞ Les conduites addictives et les violences
- ☞ Le décrochage scolaire, la rupture scolaire, les phobies scolaires

Cadre et limites de la pratique sophrologique appliquée à l'adolescence

- ☞ Les principes fondamentaux de la sophrologie appliqués à l'adolescence
- ☞ Les acteurs et intervenants autour de l'adolescence
- ☞ Le dialogue et la relation aux parents
- ☞ Les conditions d'exercice, le cadre et les limites

ACCOMPAGNEMENT SOPHROLOGIQUE

- ☞ Réaliser l'anamnèse
- ☞ Identifier les techniques clefs
- ☞ Construire un projet d'accompagnement adapté aux besoins
- ☞ Identifier les techniques clefs et mener les pratiques

MOYENS ET OUTILS PEDAGOGIQUES

Cette formation alterne apports théoriques et pratiques, exercices pratiques individuels et en petits groupes, exposés de cas.