



Pour qui ?

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

Niveau de connaissances préalables requis :

Connaissance du vocabulaire et des concepts sophrologiques

Durée : 1 journées

Date : 14 décembre 2019

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 : Sylvie BERTHET – Exécutive Coach – Sophrologue – Ancienne DRH

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- ☞ Comprendre le métier de coach
- ☞ Faire des liens entre la posture du coach et du sophrologue
- ☞ Utiliser des techniques de coaching en séance de sophrologie
- ☞ Mettre en place des modes opératoires

CONTENU

Qu'est-ce qu'un coach professionnel ?

- ☞ Définition du métier de coach et ses principaux outils
- ☞ Coaching d'équipe - ses particularités
- ☞ Ce qui nous rapproche : Sophrologue et coach

Présentation croisée : techniques de coaching pour les sophrologues / Sophrologie pour les coaches

- ☞ Mener une anamnèse poussée : techniques de questionnement
- ☞ Découvrir les objectifs du client et l'aider à les calibrer de façon réaliste
- ☞ Renforcer la visualisation de la vision
- ☞ Régler les difficultés relationnelles
- ☞ Travailler en individuel ou en collectif

ACCOMPAGNEMENT SOPHROLOGIQUE

Mise en œuvre des protocoles / entraînement

- ☞ Première mise en pratique en plénière
- ☞ Entraînements en trinôme tournant

MOYENS ET OUTILS PEDAGOGIQUES

Cette formation interactive alterne apports théoriques, exemples vécus et mises en pratique par les participants.