



Pour qui ?

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

Niveau de connaissances préalables requis :

Connaissance du vocabulaire et des concepts sophrologiques

Durée : 1 journée

Date : 8 nov. 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 : Céline ATTIAS – Psychologue – Sophrologue – Présidente de l'ISSP

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- ☞ Identifier les principes fondamentaux de la psychologie positive
- ☞ Comprendre les liens entre la psychologie positive et la sophrologie
- ☞ Mettre en application la psychologie positive dans l'approche sophrologique

CONTENU

Historique et définitions

- ☞ Qu'est-ce que la psychologie positive ?
- ☞ Présentation de quelques recherches scientifiques
- ☞ Emotionnalité positive et exploration de l'environnement
- ☞ Importance des émotions positives

Comprendre et mettre en application

- ☞ La posture du sophrologue
- ☞ L'anamnèse en sophrothérapie positive
- ☞ La sémantique des questions
- ☞ Développement des forces et des ressources internes

ACCOMPAGNEMENT SOPHROLOGIQUE

- ☞ Mise en situation d'anamnèses spécifiques
- ☞ Application pratique avec la Sophrologie
- ☞ Création de techniques

MOYENS ET OUTILS PEDAGOGIQUES

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