



INSTITUT de SOPHROLOGIE et SOPHROTHERAPIE de PARIS

Siège social : 9 place Jacques Marette 75015 PARIS

RCS Paris SIRET 841 028 087 00010

APE : 8559A n° de déclaration d'activité : 11755771575

E-mail : contact@sophrologie-formation-issp.fr

<https://www.sophrologie-formation-issp.fr/>

FORMATION DE SPECIALITE en Psychopathologie et Sophrothérapie

L'institut de Sophrologie et Sophrothérapie de Paris propose un cycle de séminaires de spécialisation aux techniques spécifiques de la sophrothérapie. Les séminaires sont animés par des sophrologues experts des thématiques traitées.

Les séminaires de ce cycle s'adressent :

- aux sophrologues en exercice, débutants ou confirmés,
- aux étudiants avancés dans leur cursus en sophrologie.

Les séminaires étant indépendants les uns des autres peuvent selon l'intérêt et le besoin de chacun, être suivi à l'unité ou par cycle complet. Le cycle peut démarrer en cours d'année et se terminer lors de la session suivante.

Objectifs de la formation

- Acquérir des connaissances théoriques en psychopathologie
- Intégrer le socle phénoménologique et les notions de neurosciences, psychologie et physiologie associés aux troubles présentés
- Identifier les troubles psychocorporels et savoir orienter les personnes ayant besoin d'un soutien médical, psychologique ou psychiatrique
- Accompagner les personnes en difficulté avec les techniques de sophrologie spécifiques et adaptées

A la fin de ce programme de formation, les participants seront capables de mettre en place un accompagnement sophro-thérapeutique adapté aux différentes thématiques abordées tout au long du cycle ou bien de réorienter les personnes en fonction des troubles identifiés. Ils pourront répondre à des demandes diversifiées et proposer des techniques spécifiques adaptées.

L'institut propose ensuite des supervisions pour vous accompagner dans votre pratique de sophrologue.

Programme des formations :

Séminaire STSP: Sophrothérapie et psychothérapie (12 oct. 2024)

- Sophrologie et psychothérapies - Approche des différents courants thérapeutiques
- La sophrologie comme thérapie psychocorporelle

Séminaire STPP: Sophrothérapie et psychologie positive (13 oct. 2024)

- Le principe d'action positive au regard de la psychologie positive

Séminaire STAD : Sophrothérapie et troubles addictifs (16 et 17 nov. 2024)

- Les addictions : alcool, drogue, jeux, sexe, travail...
- Les troubles alimentaires

Séminaire STTH: Sophrothérapie et troubles de l'humeur (14 et 15 déc. 2024)

- Dépressions –Bipolarité

Séminaire STTA: Sophrothérapie et troubles anxieux

(18 et 19 janv. 2025)

- Angoisse, anxiété, TAG (Trouble anxieux généralisé)
- Phobies et TOC

Séminaire STPS : Sophrothérapie et psychosomatique

(8 et 9 mars 2025)

Vers une psychosomatique existentielle. Les approches psychosomatiques / la dimension existentielle de la sophrologie / les thérapies existentielles.

Séminaire STPT : Sophrothérapie et psychotraumatologie

(26 et 27 avril 2025)

- Les différentes approches : sophrologie-neuroscience-clinique.
- Le Syndrome de Stress Post Traumatique

Séminaire STTP : Troubles de la personnalité / de l'attachement (17 et 18 mai 2025)

- Nosographie DSM et nouveaux traitements. Névroses / psychoses / borderline / personnalités dépendantes- évitantes.
- Troubles de l'attachement / Réparation narcissique

Séminaire STRA : Sophrothérapie et relation d'aide *

(14 et 15 juin 2025)

- Les enjeux de la relation d'aide et l'importance du cadre d'exercice
- Le concept d'alliance en sophrothérapie, ses enjeux, ses obstacles et responsabilités
- L'anamnèse en sophrothérapie, l'éthique et la déontologie

* **Pour prétendre au titre de sophrologue spécialisé en sophrothérapie**, le séminaire « accompagnement et relation d'aide » est obligatoire, sauf pour les sophrologues qui ont déjà été formés à la relation d'aide à l'ISSP, ou pour ceux qui sont par ailleurs psychologue clinicien, psychiatre ou psychothérapeute. Les sophrologues devront alors justifier de cette formation en adressant leurs attestations ou diplômes dans ces domaines.

Pédagogie : En tenant compte des nouveaux apports dans le champ de pratique de la sophrologie, les contenus des enseignements et leur méthodologie font l'objet d'un travail permanent de mise à jour. Ainsi nos formateurs sophrologues (médecins, psychiatres, psychologues, psychothérapeutes, psychanalystes, paramédicaux et philosophe) restituent ces nouveaux apports dans leurs enseignements. Dans ce cadre, ce programme est évolutif et amené à se transformer et les enseignants mentionnés sur le programme détaillé peuvent, au besoin, être remplacés.

Modalités d'évaluation : Un questionnaire d'évaluation est complété par les participants à l'issue de chaque formation. Il permet notamment de s'assurer de la bonne compréhension du contenu théorique et pratique de chaque stagiaire.

Titre de spécialiste et attestations : A l'issue de chaque séminaire ou du cycle de spécialité, les stagiaires obtiennent une attestation de formation. Pour l'obtention du titre de spécialiste en sophrothérapie délivré par l'ISSP, il est nécessaire d'être sophrologue diplômé et d'avoir suivi et validé la totalité du cycle de sophrothérapie. Les sophrologues n'ayant pas été formés à la relation d'aide devront pour prétendre au titre suivre le séminaire sur ce thème à l'ISSP (copie du diplôme de sophrologue et du cursus suivi, à envoyer avec le dossier d'inscription).

Lieu et Horaires : Sauf exception mentionnée lors de l'inscription, nos séminaires se déroulent sur Paris 15^{ème}, le samedi et/ou le dimanche de 9h30 à 17h30 (7 heures de formation quotidienne).

Inscription : L'inscription peut se faire, soit [en ligne directement sur notre site Web](#), soit en nous renvoyant scanné par email à l'adresse à contact@sophrologie-formation-issp.fr le bulletin d'inscription spécifique disponible en fin du présent catalogue.

Toutes les formations dispensées supposent des prérequis et des conditions d'inscription liées au participant, notamment de diplômes et/ou de pratique professionnelle. Les demandes de formation qui ne seraient pas conformes à ces conditions ne pourront être acceptées. En cas de doutes, merci de nous contacter pour valider la faisabilité de notre formation en lien avec votre projet.

Nous attirons votre attention sur le fait que votre place sera définitivement réservée et votre inscription entérinée à réception de votre acompte.

Accueil des personnes en situation de handicap : afin de faciliter l'accès en formation nous vous proposons un accompagnement adapté (des conditions d'accès spécifiques des locaux, un parcours de suivi, et des partenaires du handicap) : [Accueil des personnes en situation de handicap à l' I.S.S.P.](#)

Tarifs et modalités de règlement : Ils sont mentionnés dans la fiche tarifs ci-après.

Reports et annulations : L'I.S.S.P. se réserve le droit d'annuler un séminaire de formation, au plus tard deux semaines avant la date prévue si le nombre d'inscriptions est insuffisant ou en cas de force majeure. Les stagiaires inscrits et les organismes payeurs sont alors immédiatement prévenus et les règlements reçus remboursés ou reportés sur une session ultérieure.

Sauf cas de force majeure et pour chaque séminaire de formation, toute annulation imputable au stagiaire et communiquée moins de 15 jours avant la date de chaque séminaire fera l'objet d'une indemnité de 50% du tarif de la formation. Ces sommes ne sont pas imputables sur l'obligation de participation au titre de la formation professionnelle continue de l'entreprise bénéficiaire et ne peuvent faire l'objet d'une demande de remboursement ou de prise en charge par un OPCO.

Nota :

- *une inscription se définit comme le moment où vous vous inscrivez à la formation sur notre site ou bien vous nous envoyez par email le bulletin d'inscription à un ou plusieurs séminaires de formation.*
- *un cas de force majeure est un évènement extérieur, imprévisible et irrésistible.*

INSTITUT de SOPHROLOGIE et SOPHROTHERAPIE de PARIS

Siège social : 9 place Jacques Marette 75015 PARIS

RCS Paris SIRET 841 028 087 00010

APE : 8559A n° de déclaration d'activité : 11755771575

E-mail : contact@sophrologie-formation-issp.fr

<https://www.sophrologie-formation-issp.fr/>

FORMATION DE SPECIALITE – TARIFS 2024-2025

FORMATION CONTINUE EN SOPHROTHERAPIE ET PSYCHOPATHOLOGIE

Cycle de Sophrothérapie : 8 séminaires thématiques d'octobre 2024 à mai 2025 sur 14 journées (98 heures) + un séminaire optionnel.

TARIFS Nets de taxes (*)	Autofinancé	Avec convention <i>(prise en charge partielle ou totale d'un organisme extérieur (OPCO, FIFPL, Entreprises...))</i>
Journée de formation (7 h)	200 € / jour	220 € / jour
A partir de 6 journées	180 € / jour	200 € / jour
Cycle complet ** (14 journées)	2 240 € (160 € / jour)	2 520 € (180 € / jour)

(*) L'I.S.S.P. n'est pas soumis à la TVA sur les formations continues qu'il dispense

(**) Hors séminaire optionnel « STRA : Sophrothérapie et relation d'aide »

Les frais de formation peuvent être pris en charge soit à titre personnel, soit par la formation permanente (devis et convention sur demande).

Le tarif comprend les frais d'inscription, la documentation, et les frais d'assurance.

Modalités de règlement :

Pour vous inscrire à un séminaire, un acompte de 100 € est payable par virement. Le solde de la formation sera à régler au plus tard huit jours avant la formation (en cas de financement par un tiers, merci de nous contacter).

Pour les forfaits 6 jours ou plus : au-delà de l'acompte de 100 € payable à l'inscription, chacun des séminaires est payable au plus tard huit jours avant la formation.

Pour le cycle complet, un échancier en huit mensualités s'étalant sur la durée du cycle peut être mis en place sur demande.

Nous attirons votre attention sur le fait que votre place sera définitivement réservée et votre inscription entérinée à réception de votre acompte.

IBAN de L'ISSP pour les virements :

FR76 1870 7000 4031 4218 2956 001

SWIFT (BIC) : CCBPFRPPVER

Reports et annulations :

L'I.S.S.P. se réserve le droit d'annuler ou de reporter un séminaire de formation, au plus tard deux semaines avant la date prévue si le nombre d'inscriptions est insuffisant ou en cas de force majeure. Les stagiaires inscrits et les organismes payeurs sont alors immédiatement prévenus et les règlements reçus remboursés ou reportés sur une session ultérieure.

Sauf cas de force majeure et pour chaque séminaire de formation, toute annulation imputable au stagiaire et communiquée moins de 15 jours avant la date de chaque séminaire fera l'objet d'une indemnité de 50% du tarif de la formation. Ces sommes ne sont pas imputables sur l'obligation de participation au titre de la formation professionnelle continue de l'entreprise bénéficiaire et ne peuvent faire l'objet d'une demande de remboursement ou de prise en charge par un OPCO.



Pour qui ?

Sophrologues diplômés et étudiants en formation à la sophrologie.

Niveau de connaissances préalables requis :

Connaissance du vocabulaire, des concepts et des pratiques sophrologiques

Durée : 1 journée

Date : 12 oct. 2024

Enseignante : **Claude CHATILLON** – Psychothérapeute – Sophrologue - Présidente de la Société Française de Sophrologie

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- ☞ Identifier ce qu'est la Psychothérapie : cadre, cibles, processus à l'œuvre
- ☞ Identifier le cadre psychothérapeutique de la Sophrologie
- ☞ Permettre de mieux accompagner la personne en difficulté

CONTENU

Comprendre

- ☞ Définition
- ☞ Le cadre, le processus, le contrat
- ☞ Les étapes ou phases d'une psychothérapie, facteurs communs
- ☞ Les concepts de transfert et contre transfert, leur rôle
- ☞ La notion d'empathie

Connaitre

- ☞ Présentation des différentes approches psychothérapeutiques, et leurs particularités :
- ☞ Thérapies de l'inconscient
- ☞ Thérapies axées sur la conscience
- ☞ Thérapie cognitivo-comportementale, thérapies psychocorporelle...

ACCOMPAGNEMENT SOPHROLOGIQUE

La Sophrothérapie

- ☞ La place de la sophrologie dans l'éventail psychothérapeutique
- ☞ Le concept d'alliance en sophrologie
- ☞ L'empathie corporelle
- ☞ La clinique et la notion d'Universels Corporels Inconscients

MOYENS ET OUTILS PEDAGOGIQUES

Cette formation alterne apports théoriques, pratiques, jeux de rôles, études de cas réels, réflexions et analyse.



Pour qui ?

Sophrologues diplômés et étudiants en formation à la sophrologie.

Niveau de connaissances préalables requis :

Connaissance du vocabulaire, des concepts et des pratiques sophrologiques

Durée : 1 journée

Date : 13 oct. 2024

Enseignant : Judith DUMAS – Sophrologue Humaniste expert@– Sophrothérapeute. Sophroanalyste. Superviseur

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.



SOPHROTHERAPIE ET TROUBLES ADDICTIFS

(Addictions et troubles alimentaires)

séminaire STAD

Pour qui ?

Sophrologues diplômés et étudiants en formation à la sophrologie.

Niveau de connaissances préalables requis :

Connaissance du vocabulaire, des concepts et des pratiques sophrologiques

Durée : 2 journées

Date : 16 et 17 nov. 2024

Enseignants : Dr **THIERCELIN Nicolas** - Praticien Hospitalier Addictologue - Hôpital de jour d'Addictologie, Dr **Julia HUNGLER** Psychiatre spécialisée en Thérapies Comportementales et Cognitives et **Luc MARCELOT** –Sophrologue spécialisé dans les troubles addictifs.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- ☞ Identifier, prévenir et accompagner les addictions avec la sophrologie
- ☞ Reconnaître et accompagner un trouble du comportement alimentaire avec la sophrologie

CONTENU

JOUR 1 : Les addictions

Comprendre les addictions

- ☞ Définitions
- ☞ Comprendre l'état de dépendance
- ☞ La place de l'addiction dans la classification des pathologies psychiques
- ☞ Les mécanismes de l'addiction
- ☞ Vulnérabilité, mécanismes biochimiques, différents facteurs.

Les différentes addictions

- ☞ Les addictions avec produit : Tabac, alcool, drogues, psychotropes...
- ☞ Tabagisme
- ☞ Alcoolisme
- ☞ Alimentaire (boulimie hyperphagie)
- ☞ Psychopathologie de l'alcoolisme,
- ☞ Les addictions sans produit : Workaholisme, smartphones, jeux, vidéo, sport...
- ☞ Jeux d'argent
- ☞ Les achats compulsifs

Les conséquences pour la santé

- ☞ Addiction et comportements (violent ou dangereux)
- ☞ Dégâts de l'alcool sur le corps (pathologies des voies digestives)
- ☞ Overdose, coma éthylique, troubles neurobiologiques psychiatriques trouble cognitifs)

Place des addictions dans l'entreprise

- ☞ Les postes les plus touchés par les addictions (quels sont les risques)
- ☞ Les pots de service (conséquences sur le développement ou le renforcement des addictions)

PRISE EN CHARGE ET ACCOMPAGNEMENT SOPHROLOGIQUE

- ☞ Type de prise en charge –approche individuelle, familiale – Sociale
- ☞ Sophrologie – exercice pour lutter contre l'angoisse (SB)
- ☞ Exercices pour gérer le « craving »
- ☞ Pratique de relaxation dynamique 1^{er}, 2^{ème} et 3^{ème} degrés pour restaurer le schéma corporel et l'image du corps

JOUR 2 : Les troubles alimentaires

C O N T E N U

Définition des troubles du comportement alimentaire

- ⊗ Psychopathologie
- ⊗ Qu'est-ce qu'une névrose
- ⊗ Qu'est-ce qu'une personnalité
- ⊗ Les différents aspects des troubles des conduites alimentaires
- ⊗ Tableau syndromique du bilan somatique
- ⊗ Présentation des deux grandes entités : Anorexie - Boulimie

Définition et sémiologie

- ⊗ Historique
- ⊗ Formes cliniques
- ⊗ Les autres troubles du comportement alimentaires
- ⊗ Les différentes hyperphagies
- ⊗ Night Eating syndrome, le snaking, les compulsions alimentaires

Les nouveaux troubles du comportement alimentaire

- ⊗ L'orthorexie
- ⊗ Causes
- ⊗ Symptômes, troubles associés, complications
- ⊗ Traitement

A C C O M P A G N E M E N T S O P H R O L O G I Q U E

- ⊗ Sophronisation de base pour abaisser le niveau d'angoisse
- ⊗ Sophro substitution du réflexe (rituel précédant la phase d'hyperphagie)
- ⊗ Signe signal pour remplacer la sensation de vide par une sensation de plénitude
- ⊗ RD1 pour accéder à un schéma corporel sain
- ⊗ SAP pour accepter des repas avec d'autres personnes famille amis

M O Y E N S E T O U T I L S P E D A G O G I Q U E S

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



INSTITUT de SOPHROLOGIE et SOPHROTHERAPIE de PARIS - I.S.S.P.

SOPHROTHERAPIE ET TROUBLES DE L'HUMEUR

(Dépressions / Troubles bipolaires)

séminaire STTH

Pour qui ?

Sophrologues diplômés et étudiants en formation à la sophrologie.

Niveau de connaissances préalables requis :

Connaissance du vocabulaire, des concepts et des pratiques sophrologiques

Durée : 2 journées

Date : 14 et 15 déc. 2024

Enseignant : Agathe DELISLE – Psychologue clinicienne – Neuropsychologue - Sophrologue

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- ☞ Identifier les différents troubles de l'humeur
- ☞ Apprendre les prémices, les types et facteurs de dépression, en reconnaître la nature et l'importance.
- ☞ Connaître la symptomatologie de la dépression dans ses différentes formes :
- ☞ Dépressions - Maladie bipolaire.
- ☞ Savoir choisir l'approche sophrologique adéquate selon les formes et les étapes de la dépression.

CONTENU

Définitions

- ☞ La santé mentale : définitions et facteurs
- ☞ Eléments psychopathologiques :
- ☞ Les mécanismes de défense, les mécanismes contra phobiques.
- ☞ Les facteurs psycho-développementaux de la dépression
- ☞ Abord psychiatrique : Les critères de la dépression selon le DSM, les approches thérapeutiques.

Les dépressions

- ☞ Les formes particulières de dépression
- ☞ Les dépressions endogènes
- ☞ Le cas particulier du deuil

Différencier

- ☞ Dépression et anxiété
- ☞ Anxio-dépression
- ☞ Dépression et démence
- ☞ Etapes de la dépression

ACCOMPAGNEMENT SOPHROLOGIQUE

- ☞ Le travail sur le schéma corporel :
- ☞ Réactualisation du schéma corporel, revalorisation de soi, nouvelle émergence de la personne
- ☞ Le choix des exercices selon les étapes de la dépression
- ☞ Quelques protocoles spécifiques

MOYENS ET OUTILS PEDAGOGIQUES

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



Pour qui ?

Sophrologues diplômés et étudiants en formation à la sophrologie.

Durée : 2 journées

Date : 18 et 19 janv. 2025

Niveau de connaissances préalables requis :

Connaissance du vocabulaire, des concepts et des pratiques sophrologiques

Enseignantes : **Agathe DELISLE** - Psychologue clinicienne – Neuropsychologue - Sophrologue
Claude CHATILLON –Psychothérapeute – Sophrologue - Présidente de la Société Française de Sophrologie.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- ⦿ Identifier les différents troubles, savoir en reconnaître l'importance
- ⦿ Comprendre la souffrance exprimée
- ⦿ Connaître la symptomatologie de l'anxiété, de ses différentes formes, des TAG (trouble anxieux généralisés), des phobies et des TOC (Troubles Obsessionnels Compulsifs)
- ⦿ Mettre en place des modes opératoires d'accompagnement
- ⦿ Savoir choisir l'approche sophrologique adaptée aux troubles

CONTENU

JOUR 1 : Angoisse – Anxiété – TAG

Sources et facteurs de l'anxiété

- ⦿ La Psychophysiologie de stress et de l'angoisse
- ⦿ Le Continuum stress-angoisse-dépression
- ⦿ Les facteurs du stress

Les manifestations de l'anxiété

- ⦿ Les troubles de l'adaptation, le trouble de stress aigu, le Trouble Anxieux Généralisé
- ⦿ Les manifestations somatiques, comportementales, cognitives
- ⦿ Les conséquences somatiques et neuronales du stress chronique

JOUR 2 : Phobies et TOC

Les phobies et les TOCS

- ⦿ Historique
- ⦿ Classification et définitions
- ⦿ Exemples cliniques
- ⦿ Différents traitements : médicaments, psychanalyse, psychothérapie

ACCOMPAGNEMENT SOPHROLOGIQUE

- ⦿ L'apport sophrologique : les compétences pour faire face aux différents troubles
- ⦿ La respiration, les respirations
- ⦿ Les approches selon la nature du trouble
- ⦿ Les approches selon la nature des sources et les facteurs des troubles
- ⦿ Les approches sophrologiques de première intention
- ⦿ La prévention du stress et de l'anxiété
- ⦿ L'approche sophrologique par la sophromnésie et la sophro-correction-sérielle

MOYENS ET OUTILS PEDAGOGIQUES

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



SOPHROTHERAPIE ET PSYCHOSOMATIQUE

Vers une psychosomatique existentielle

séminaire STPS

Pour qui ?

Sophrologues diplômés et étudiants en formation à la sophrologie.

Niveau de connaissances préalables requis :

Connaissance du vocabulaire, des concepts et des pratiques sophrologiques

Durée : 2 journées

Date : 8 et 9 mars 2025

Enseignant : Gérard THOURAILLE – Philosophe de formation - Kinésithérapeute - Sophrologue

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- ⊗ Présenter les approches psychosomatiques
- ⊗ Sensibiliser à la dimension existentielle de la sophrologie
- ⊗ Présenter la psychothérapie existentielle

CONTENU

Notions de psychosomatique

- ⊗ Les précurseurs
- ⊗ L'école de Chicago
- ⊗ L'IPSO
- ⊗ L'alexithymie
- ⊗ La pathologie psychosomatique
- ⊗ Le saut du psychique dans le somatique

Vers une psychosomatique existentielle

- ⊗ La totalité concrète du sujet
- ⊗ Le sens existentiel du symptôme
- ⊗ Pratique en contexte psychosomatique

Champ psychocorporel et ressources du sujet

- ⊗ Le champ sensoriel du sophronisant
- ⊗ La concentration
- ⊗ Parole et logos
- ⊗ Illustration pratique

Des psychothérapies de l'existant

- ⊗ La Daseinsanalyse
- ⊗ La Gestalt-thérapie

ACCOMPAGNEMENT SOPHROLOGIQUE

La « phéno-attitude » du sophrologue :

- ⊗ Accueil et primauté du vécu
- ⊗ Attitude d'*epochè* et liberté intérieure
- ⊗ Le sens de l'alliance

MOYENS ET OUTILS PEDAGOGIQUES

Cette formation alterne apports théoriques et illustrations pratiques.



Pour qui ?

Sophrologues diplômés et étudiants en formation à la sophrologie.

Niveau de connaissances préalables requis :

Connaissance du vocabulaire, des concepts et des pratiques sophrologiques

Durée : 2 journées

Date : 26 et 27 avril 2025

Enseignante : **Claude CHATILLON** – Psychothérapeute – Sophrologue - Présidente de la Société Française de Sophrologie

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- ☞ Acquérir les connaissances de bases en psychotraumatologie
- ☞ Savoir utiliser des outils de diagnostics, et d'évaluation des traumas
- ☞ Identifier les différentes approches de prise en charge du STPT (Trouble de Stress Post Traumatique)
- ☞ Savoir choisir l'approche sophrologique spécifique et adaptée selon les formes de traumas

CONTENU

Définitions et historique

- ☞ L'histoire du concept de traumatisme psychique
- ☞ Définition du TSPT
- ☞ Les différents types de traumas
- ☞ Les troubles dissociatifs
- ☞ Les troubles liés et associés à un traumatisme ou à un facteur de stress

Symptômes et conséquences

- ☞ Les éléments clés du trauma et de son impact sur l'équilibre psychocorporel
- ☞ Les principaux symptômes du TSPT
- ☞ Les conséquences sur l'environnement social et familial
- ☞ Les stratégies d'adaptation

Diagnostics et prise en charge

- ☞ Outils de diagnostic et d'évaluation
- ☞ Evaluation et gestion des situations de crises pendant la prise en charge
- ☞ Approches thérapeutiques pour le traitement du TSPT

ACCOMPAGNEMENT SOPHROLOGIQUE

- ☞ Réflexion sur le rôle du sophrologue et du sophrothérapeute
- ☞ Réflexion sur les forces et les limites de l'approche par la sophrologie
- ☞ Exercices et protocoles spécifiques et adaptés aux étapes du TPST et aux différents troubles

MOYENS ET OUTILS PEDAGOGIQUES

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



SOPHROTHERAPIE - TROUBLES DE LA PERSONNALITE ET DE L'ATTACHEMENT

séminaire STTP

Pour qui ?

Sophrologues diplômés et étudiants en formation à la sophrologie.

Niveau de connaissances préalables requis :

Connaissance du vocabulaire, des concepts et des pratiques sophrologiques

Durée : 2 journées

Date : 17 et 18 mai 2025

Enseignants : **Claude CHATILLON** – Psychothérapeute – Sophrologue - Présidente de la Société Française de Sophrologie, et **Luc MARCELOT** – Sophrothérapeute – Coach.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- ☞ **Jour 1 :** Identifier les différents troubles de la personnalité
- ☞ Comprendre le trouble mental
- ☞ Mettre en place des modes opératoires d'accompagnement possibles
- ☞ **Jour 2 :** Apprendre à identifier les types d'attachement et leurs effets
- ☞ Mettre en place un accompagnement sophrologique adapté

CONTENU

JOUR 1 : Les troubles de la personnalité

Définitions et classifications

- ☞ Le trouble mental
- ☞ Définition de la personnalité
- ☞ Classification des troubles de la personnalité : les 3 groupes ou clusters (DSM 4 et 5) :
 - ☞ -Schizoïde et Schizotypique
 - ☞ -Antisociale, borderline, narcissique
 - ☞ -Personnalités dépendantes, évitantes, obsessionnelles-compulsives
- ☞ Les caractéristiques cliniques et le retentissement social

Traitement

- ☞ Les médicaments en cas de trouble associé
- ☞ Les psychothérapies, notamment cognitives

JOUR 2 : Trouble de l'attachement - Réparation narcissique

Définitions et classifications

- ☞ Eléments fondamentaux de la théorie de l'attachement (le concept de sécurité, le caregiving, les figures d'attachement, les modèles internes opérants, les types d'attachement, ...)
- ☞ Les troubles de l'attachement et leurs effets sur l'autonomie, la confiance et différentes compétences affectives et sociales

ACCOMPAGNEMENT SOPHROLOGIQUE

- ☞ **Jour 1 :** Quand le sophrologue peut-il intervenir ?
- ☞ Le cas particulier de la personnalité border line ou limite. Compétences nécessaires du sophrologue
- ☞ Quelques protocoles spécifiques
- ☞ **Jour 2 :** Techniques et protocoles de sophrologie adaptés aux troubles de l'attachement

MOYENS ET OUTILS PEDAGOGIQUES

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



Pour qui ?

Sophrologues diplômés et étudiants en formation à la sophrologie.

Niveau de connaissances préalables requis :

Connaissance du vocabulaire, des concepts et des pratiques sophrologiques

Durée : 2 journées

Date : 14 et 15 juin 2025

Enseignant : Judith DUMAS - Sophrologue Humaniste expert@- Sophrothérapeute. Sophroanalyste. Superviseur.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- ☉ Comprendre les enjeux multiples de la relation d'aide, et savoir comment l'établir et la perpétuer
- ☉ Prendre conscience de l'importance du lieu et du cadre d'exercice dans le processus d'accompagnement
- ☉ Comprendre le concept d'alliance en sophrothérapie, ses enjeux et responsabilités
- ☉ Repérer les obstacles à l'alliance et trouver des clefs pour les surmonter
- ☉ Savoir réaliser l'anamnèse et travailler en approche projet-programme
- ☉ Mettre en place une posture d'écoute adaptée
- ☉ S'exercer à l'approche phénoménologique
- ☉ Rappeler les enjeux de l'éthique et de la déontologie dans le processus d'accompagnement

CONTENU

Introduction

De la rencontre à la relation : quels enjeux pour chacune des parties ?

Le lieu et le cadre, espace-temps de la relation d'aide :

- ☉ De la salle d'attente au cabinet de consultation : un lieu pour accueillir et sécuriser,
- ☉ L'espace-temps de la séance, un lieu pour ouvrir au vécu de l'être et autoriser la transformation,
- ☉ Définir, respecter et comprendre les multiples enjeux du cadre.

La posture du sophrologue : quelle présence à l'autre ?

- ☉ Les différents niveaux d'écoute, approche théorique et pratique,
- ☉ L'approche centrée sur la personne de Carl R. ROGERS,
- ☉ Les attitudes relationnelles de PORTER.

Communiquer pour comprendre le monde de l'Autre :

- ☉ Les enjeux multiples de la communication,
- ☉ Le modèle de la communication selon Shannon et Weaver,
- ☉ Le modèle de la communication orchestrale selon Birdwhistell.

La parole au cœur de la relation d'aide :

- ☉ Un langage et des langages : le verbal, le paraverbal, le langage du corps,
- ☉ Logos et terpnos logos,
- ☉ Ouvrir la parole : un accueil inconditionnel de la vérité de l'Autre.

Installer et perpétuer l'alliance :

- ⊗ La dynamique du lien à l'Autre dans la relation d'aide,
- ⊗ Le cadre de référence d'Edgard MORIN,
- ⊗ L'intelligence du changement : la vision de François ROUSTANG.

Recueillir et comprendre la demande de l'Autre :

- ⊗ L'anamnèse en sophrothérapie, définition et historique,
- ⊗ Pratiquer l'anamnèse et l'enrichir au fil de la cure sophronique,
- ⊗ Définir un projet et bâtir un programme, approche théorique et pratique.

Responsabilité de l'alliance et réalité objective :

- ⊗ Empathie et identification consciente,
- ⊗ Résonances et projection : comprendre l'enjeu de la relation d'aide pour préserver son devenir,
- ⊗ Principe de réalité objective et intérêt de la supervision.

Le prendre soin de soi : une écologie personnelle au cœur de l'équilibre

- ⊗ Ancrage et pratique sur soi,
- ⊗ Se respecter, soi : accueillir et vivre sa réalité objective pour cultiver son équilibre,
- ⊗ De l'analyse de la pratique à celle de la relation d'aide : intérêt et importance de la supervision.

La phénoménologie, socle de la démarche sophrologique :

- ⊗ De Husserl à Heidegger, phénoménologie transcendantale et existentielle,
- ⊗ La phénoménologie, un humanisme ?
- ⊗ L'attitude phénoménologique du sophrologue.

Ethique et déontologie

- ⊗ Principes fondateurs de la sophrologie,
- ⊗ Ethique,
- ⊗ Déontologie et engagement.

CONCLUSION

MOYENS ET OUTILS PEDAGOGIQUES

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



INSTITUT de SOPHROLOGIE et SOPHROTHERAPIE de PARIS

Siège social : 9 place Jacques Marette 75015 PARIS

RCS Paris SIRET 841 028 087 00010

APE : 8559A n° de déclaration d'activité : 11755771575

E-mail : contact@sophrologie-formation-issp.fr

<https://www.sophrologie-formation-issp.fr/>

FORMATION DE SPECIALITE EN SOPHROTHERAPIE

FICHE D'INSCRIPTION - Année 2024-2025

[Inscription en ligne](#) de préférence ou bien fiche à renvoyer signée, scannée par mail à contact@sophrologie-formation-issp.fr

M. / Mme / Mlle.....Prénom.....

Date et lieu de naissance.....

Adresse :

Code postal Ville.....

Tél e-mail

Votre Formation en sophrologie (Précisez le nom de votre organisme de formation) :

.....

Je souhaite suivre le(s) séminaire(s) de formation continue en : *(cocher la ou les cases correspondantes)* :

- Cycle complet (copie du diplôme à joindre à cette fiche).

- Séminaire(s) au choix – nombre : ...

STSP Sophrologie et psychothérapie (1 jour) – 12 oct. 2024

STPP Sophrologie et psychologie positive (1 jour) – 12 oct. 2024

STAD Sophrologie et troubles addictifs (2 jours) – 16 et 17 nov. 2024

STTH Sophrologie et troubles de l'humeur (2 jours) – 14 et 15 déc. 2024

STTA Sophrologie et troubles anxieux (2 jours) – 18 et 19 janv. 2025

STPS Sophrologie et psychosomatique (2 jours) – 8 et 9 mars. 2025

STPT Sophrologie et psychotraumatologie (2 jours) – 26 et 27 avr. 2025

STTP Sophrologie et troubles de la personnalité (2 jours) – 17 et 18 mai 2025

Obligatoire sauf pour les psychologues, psychiatres, psychothérapeutes et sophrologues ISSP :

STRA Sophrologie et relation d'aide (2 jours) – 14 et 15 juin 2025

Rappel des conditions de ventes figurant au catalogue de formation :

J'ai lu et j'accepte ces conditions et notamment les conditions de règlement pour que mon inscription soit entérinée, les conséquences d'un report ou d'une annulation.

L'I.S.S.P. se réserve le droit d'annuler ou de reporter un séminaire de formation, au plus tard deux semaines avant la date prévue, si le nombre d'inscriptions est insuffisant. Les stagiaires inscrits et les organismes payeurs sont alors immédiatement prévenus et les règlements reçus remboursés ou reportés sur une session ultérieure.

Fait à Le Signature :

Conformément à la loi, dans un délai de quatorze jours à compter de la signature du contrat, vous pouvez vous rétracter par lettre recommandée avec A.R.. Passé ce délai, les sommes versées au titre de l'inscription resteront acquises à l'organisme de formation. Conformément à la loi informatique et libertés du 6/1/1978, en vous adressant au siège de l'I.S.S.P. vous pouvez accéder aux informations vous concernant, demander leur rectification ou suppression. Les informations vous concernant sont communiquées et limitées à nos services internes.