



Pour qui ?

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

Niveau de connaissances préalables requis :

Connaissance du vocabulaire, des concepts et des pratiques sophrologiques.

Durée : 1 journée

Date : 18 nov. 2023

Tarif* : 200 € Net de Taxe

**Si plusieurs séminaires cf. fiche tarifs*

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

Enseignante : Agathe DELISLE – Psychologue clinicienne, Neuropsychologue, Sophrologue

OBJECTIFSPEDAGOGIQUES

- ⊗ Connaître les pathologies qui entraînent un retentissement dans la vie quotidienne et un besoin d'aide.
- ⊗ Connaître les limites d'action de l'aidant professionnel et familial.
- ⊗ Connaître ses propres limites et comment organiser la coordination des intervenants au domicile de l'aidé.
- ⊗ Savoir préserver ses ressources et chercher des ressources professionnelles, familiales, sociales.
- ⊗ Savoir cibler son domaine d'intervention, respecter ses propres besoins et déléguer.
- ⊗ Prendre soin de soi : règles, ressources, pratiques.
- ⊗ L'après : - Faire face aux modifications des rôles
- Faire face au deuil
- Réinvestir ses temps libres.

CONTENU

- ⊗ Rappel sur les pathologies physiques, mentales, cérébrales entraînant un besoin d'aide.
- ⊗ Rappel sur les troubles comportementaux les plus fréquents : comment gérer leurs retentissements dans la vie quotidienne.
- ⊗ Informations sur les cadres légaux de l'aide.
- ⊗ Acquisitions des outils d'évaluation des besoins de l'aidé.

ACCOMPAGNEMENT SOPHROLOGIQUE

- ⊗ Le schéma corporel, sa réactualisation, la respiration comme ressource d'aide
- ⊗ Pratiques sophrologiques adaptées aux besoins de l'aidant.
- ⊗ Pratiques sophrologiques favorisant une qualité d'aide optimum.

MOYENS ET OUTILS PEDAGOGIQUES

Cette formation alternera apports théoriques et pratiques sous forme d'exposés et de documents audio visuels, exercices pratiques individuels et en petits groupes, exposés, explorations et planification de prise en charge de cas.