



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 : 2 journées

Date : 16 et 17 mars 2024

Tarif* : 400 € 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

- ☞ Comprendre le fonctionnement des processus cognitifs et mnésiques
- ☞ Discerner les besoins d'activation sophrologique et cognitive selon la nature fonctionnelle ou organique des difficultés que rencontre la personne.
- ☞ Concevoir, organiser, proposer, mettre en œuvre, évaluer, une séance de réactivation cognitive sophrologique.

CONTENU

- ☞ Les ateliers sophrologiques de réactivation cognitive et leur publics
- ☞ Les fonctions cognitives et mnésiques (Rappel)
- ☞ Le choix des exercices sophrologiques et des exercices cognitifs en fonction de la population visée
- ☞ La création et la réalisation des exercices
- ☞ La création des séances et la composition des groupes
- ☞ L'organisation des séquences
- ☞ Le projet, son suivi, son évaluation, les mutualisations.

ACCOMPAGNEMENT SOPHROLOGIQUE

- ☞ La sophrologie comme mode d'accompagnement des apprentissages
- ☞ Le schéma corporel et la respiration au cœur de l'entraînement à la concentration
- ☞ Apprendre des techniques simples et pratiques pour libérer l'attention
- ☞ Apprendre à choisir les exercices sophrologiques en fonction des exercices cognitifs choisis et du cadre d'intervention
- ☞ Définir le cadre et le mode de son intervention

MOYENS ET OUTILS PEDAGOGIQUES

Cette formation intégrera les apports théoriques dans les pratiques cognitives et les pratiques sophrologiques, exercices pratiques individuels et en groupes, mises en situation, documents vidéo.