



## 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](mailto: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, formés en présentiel,
- aux accompagnants en santé (psychiatres, psychologues, psychothérapeutes, médecins, infirmières, ...)

**Prérequis :** connaître le vocabulaire, les concepts et les pratiques de base de la sophrologie. L'institut propose ensuite des supervisions pour vous accompagner dans votre pratique de sophrologie.

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 (copie du diplôme à envoyer avec le dossier d'inscription).

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

### Séminaire STSP: Sophrologie et psychothérapie

(le 4 nov. 2023)

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

### Séminaire STPP: Sophrologie et psychologie positive

(le 5 nov. 2023)

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

### Séminaire STTH: Sophrologie et troubles de l'humeur

(les 16 et 17 déc. 2023)

- Dépressions -Bipolarité

### Séminaire STAD : Les Troubles addictifs

(les 20 et 21 janv. 2024)

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

## **Séminaire STPS : Sophrologie et psychosomatique**

(les 2 et 3 mars 2024)

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

## **Séminaire STPT : La Psychotraumatologie**

(les 27 et 28 avril 2024)

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

## **Séminaire STTA: Les troubles anxieux**

(les 25 et 26 mai 2024)

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

## **Séminaire STTP : Les Troubles de la personnalité**

(les 22 et 23 juin 2024)

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

---

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.

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.

### **OBJECTIFS DE LA FORMATION :**

- Acquérir des connaissances théoriques en psychopathologie
- Intégrer les connaissances en termes de neurosciences, psychologie, physiologie et phénoménologie
- Prendre en charge les différents troubles avec les techniques de sophrologie spécifiques et adaptées

**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.

**Horaires :** Sauf exception mentionnée lors de l'inscription, nos séminaires se déroulent sur Paris 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](mailto: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 – Institut de Sophrologie et Sophrothérapie de Paris, I.S.S.P. \(sophrologie-formation-issp.fr\)](http://www.sophrologie-formation-issp.fr)

**Tarifs :** Ils sont mentionnés dans chaque fiche programme détaillée des séminaires et les forfaits pour plusieurs séminaires sont mentionnés à la fin de ce catalogue.

**Modalités de règlement :**

Pour vous inscrire à un séminaire, un acompte de 100 € est payable par virement (se reporter au recto de la fiche tarifs). 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 14 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. Des mensualités peuvent être mises en place sur demande (nous contacter).

**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 événement extérieur, imprévisible et irrésistible.*



#### 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, des concepts et des pratiques sophrologiques

**Durée :** 1 journée

**Date :** 4 nov. 2023

**Tarif\* :** 200 € 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.

**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
- ☞ La pulsion

### MOYENS ET OUTILS PEDAGOGIQUES

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



**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, des concepts et des pratiques sophrologiques.

**Durée :** 1 journée

**Date :** 5 nov. 2023

**Tarif\* :** 200 € 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 :** Judith DUMAS – Sophrologue Humaniste expert® – Sophrothérapeute - SophroAnalyste. Enseignante en ressources humaines. Conférencière

**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.



## SOPHROLOGIE ET TROUBLES DE L'HUMEUR

(Dépressions / Troubles bipolaires)

séminaire STTH

### 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, des concepts et des pratiques sophrologiques

**Durée :** 2 journées

**Date :** 16 et 17 déc. 2023

**Tarif\* :** 400 € 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 :** 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 :
- ☞ Abord psychanalytique, 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 du sujet
- ☞ 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.



## SOPHROLOGIE ET TROUBLES ADDICTIFS

(Addictions et troubles alimentaires) séminaire STAD

### 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, des concepts et des pratiques sophrologiques.

**Durée :** 2 journées

**Date :** 20 et 21 janv. 2024

**Tarif\* :** 400 € 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.

**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 prendre en charge les addictions
- ☞ Reconnaître et prendre en charge un trouble du comportement alimentaire

## 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)
- ☞ Over, 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<sup>er</sup>, 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> degrés pour restaurer le schéma corporel et l'image du corps

## **JOUR 2 : Les troubles alimentaires**

### **CONTENU**

#### **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

### **ACCOMPAGNEMENT SOPHROLOGIQUE**

- ⊗ 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

### **MOYENS ET OUTILS PEDAGOGIQUES**

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





## SOPHROLOGIE ET PSYCHOSOMATIQUE

Vers une psychosomatique existentielle

séminaire STPS

### 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, des concepts et des pratiques sophrologiques.

**Durée :** 2 journées

**Date :** 2 et 3 mars 2024

**Tarif\* :** 400 € 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 :** 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'époche et liberté intérieure
- ⊗ Le sens de l'alliance

## MOYENS ET OUTILS PEDAGOGIQUES

Cette formation alterne apports théoriques et illustrations pratiques.



**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, des concepts et des pratiques sophrologiques.

**Durée :** 2 journées

**Date :** 27 et 28 avril 2024

**Tarif\* :** 400 € 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.

**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 traumatismes
- ☞ 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 traumatismes

**CONTENU**

**Définitions et historique**

- ☞ L'histoire du concept de traumatisme psychique
- ☞ Définition du TSPT
- ☞ Les différents types de traumatismes
- ☞ 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.



**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, des concepts et des pratiques sophrologiques.

**Durée :** 2 journées

**Date :** 25 et 26 mai 2024

**Tarif\* :** 400 € 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.

**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 adaptées 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.



## SOPHROLOGIE - TROUBLES DE LA PERSONNALITE ET DE L'ATTACHEMENT

séminaire STTP

### 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, des concepts et des pratiques sophrologiques.

**Durée :** 2 journées

**Date :** 22 et 23 juin 2024

**Tarif\* :** 400 € 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.

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 et psychanalytiques

### 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.



# 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](mailto:contact@sophrologie-formation-issp.fr)

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

## FORMATION DE SPECIALITE

### FORMATION CONTINUE EN SOPHROTHERAPIE

#### TARIFS DE LA FORMATION 2023 - 2024

CURSUS	TARIFS Nets de taxes (*)
<b>Sophrothérapie</b>  <i>8 séminaires thématiques</i> <i>De novembre 2023 à juin 2024</i>  <i>sur 14 journées – 98 heures</i>	<b>200 € la journée</b>  <b>ou 180 € / jour à partir de 6 journées</b> <hr/> <b>Cycle complet : 2 240 €</b> (160 € / jour)

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

Les séminaires étant indépendants les uns des autres, le cycle peut démarrer en cours d'année et se terminer lors de la session suivante.

L'enseignement aura lieu, sauf modification exceptionnelle, à Paris 15<sup>e</sup>, de 9h30 à 17h30.

**Public** : cf. nos fiches programmes.

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 (se reporter au recto de la fiche tarifs). 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 14 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. Des mensualités peuvent être mises en place sur demande (nous contacter).

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 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.



# 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](mailto:contact@sophrologie-formation-issp.fr)

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

## FORMATION DE SPECIALITE

### FICHE D'INSCRIPTION - Année 2023-2024

A renvoyer signée, scannée par mail à [contact@sophrologie-formation-issp.fr](mailto:contact@sophrologie-formation-issp.fr) ou par courrier à l'I.S.S.P.  
9 place Jacques Marette 75015 Paris

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 ou les séminaires de formation continue en : *(cocher la ou les cases correspondantes à votre sélection)*

### Sophrothérapie

- Cycle complet  (+ copie du diplôme à envoyer avec cette fiche).
- Séminaire(s) au choix – nombre : ...

- |      |                          |  |                       |
|------|--------------------------|--|-----------------------|
| STSP | <input type="checkbox"/> | Sophrologie et psychothérapie (1 jour)               | – 4 nov. 2023         |
| STPP | <input type="checkbox"/> | Sophrologie et psychologie positive (1 jour)         | – 5 nov. 2023         |
| STTH | <input type="checkbox"/> | Sophrologie et troubles de l'humeur (2 jours)        | – 16 et 17 déc. 2023  |
| STAD | <input type="checkbox"/> | Sophrologie et troubles addictifs (2 jours)          | – 20 et 21 janv. 2024 |
| STPS | <input type="checkbox"/> | Sophrologie et psychosomatique (2 jours)             | – 2 et 3 mars. 2024   |
| STPT | <input type="checkbox"/> | Sophrologie et psychotraumatologie (2 jours)         | – 27 et 28 avr. 2024  |
| STTA | <input type="checkbox"/> | Sophrologie et troubles anxieux (2 jours)            | – 25 et 26 mai 2024   |
| STTP | <input type="checkbox"/> | Sophrologie et troubles de la personnalité (2 jours) | – 22 et 23 juin 2024  |

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 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.