ACADEMIE DE SOPHROLOGIE

ORGANISME DE FORMATION EN SOPHROLOGIE

ECOLE PATRICK-ANDRE CHENE
DIRECTRICE CHANTAL TORTOCHOT-CHENE

FORMATION EN SOPHROLOGIE

PROGRAMME DU CYCLE DE REACTUALISATION DES BASES

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Acquérir et perfectionner sa maîtrise des techniques de base de la sophrologie. Se remettre à niveau et se réapproprier les différents Terpnos après une interruption ou se former encore plus, faire de la pratique et adapter des Terpnos.

PUBLIC

Sophrologues exclusivement désirant approfondir des connaissances ou se remettre à niveau sous la direction de formateurs expérimentés exerçant eux-mêmes la sophrologie depuis de nombreuses années.

LE PROGRAMME

- LES TECHNIQUES DE PRESENTATION

Techniques et Méthodologie, généralités. La Relaxation Dynamique, généralités. RD1 théorie et pratique. Sophro attention et Sophro concentration.

- LES TECHNIQUES DE FUTURISATION

Cours sur la respiration, généralités, les différents types de respiration. Futurisation, RD 2. Épistémologie. La conscience intégrative, histoire de la conscience.

- PRATIQUES PROFESSIONNELLES DE BASE

Pratiques des Techniques de Présentation. Pratiques des Techniques de Futurisation.

- LA FUTURISATION

La Relaxation Dynamique 2 révisions des gestes. Épistémologie 2. Les structures de la conscience, Théorie de la Vivance. Terpnos logos en sophrologie

- LA PRETERISATION

La RD3. Méthodes de Prétérisation. La Phénodescription et la Sophro-Analyse Vivantielle. Techniques de Prétérisation.

- PRATIQUES PROFESSIONNELLES

Pratiques des Techniques de Futurisation. Pratiques des Techniques de Prétérisation.

- LA CONSCIENCE TISSULAIRE. L'ENTRETIEN SOPHROLOGIQUE

RD1 tissulaire. Anatomie sophrologique. Vivance tissulaire fondamentale. La Conscience tissulaire. La Sophro-Analyse Vivantielle.

- LA TOTALISATION.

La RD4. Totalisation. La réduction phénoménologique d'Husserl. Abords sophrologiques des Valeurs de l'homme.

- PRATIQUES PROFESSIONNELLES

Applications tissulaires. Entretien. Application dans la prise en charge professionnelle de groupe. Pratiques des Techniques de totalisation.

- LES VALEURS. APPLICATIONS PROFESSIONNELLES

Présentation projet. Plan d'aide à la rédaction du projet. La Phénoménologie existentielle : Heidegger. RD3 et RD4 tissulaire vivance des organes et des os. Le stress. Protocole sophrologique appliqué au stress. Sophro-Pédagogie Sophro-enfants. Sophrologie ludique.

- APPLICATIONS PROFESSIONNELLES

Adolescent et sophrologie. Addictions et sophrologie. Art et Sophrologie et activation sonore. Entreprise et sophrologie.

MODALITES D'ORGANISATION

La durée de la formation est fixée à 176 heures, réparties sur 22 journées, de 9h à 18h.
Le nombre de stagiaires maximum par formation est fixé à 30.
La formation sera suivie en présentiel ou en visioconférence en direct, selon la demande du stagiaire ou selon les

circonstances sanitaires. Hors circonstances sanitaires ou situation exceptionnelle un minimum de 50% en présentiel est demandé.
Les salles de formation se trouvent dans les locaux de l'Académie de sophrologie au 20 Rue Henri Bocquillon, Paris 15e.

DEROULEMENT ET MOYENS PEDAGOGIQUES :

L'action de formation se déroulera dans le respect du programme général de formation décrit ci-dessus, et ce, en suivant une alternance d'exposés théoriques et de pratiques sophrologiques.
Les stagiaires pourront régulièrement intervenir au cours du stage pour poser des questions, ce qui permet de faciliter le transfert des connaissances dans le cadre du programme préalablement défini.
Le formateur veillera à permettre aux stagiaires de disposer régulièrement de la possibilité de s'exprimer et d'échanger et, éventuellement, de confronter sa compréhension des concepts avec les autres stagiaires.

MOYENS TECHNIQUES :

La projection des supports de formation dans la salle sera partagée en simultané avec la plateforme de visioconférence pour les stagiaires à distance.
Un dossier pédagogique ayant trait au programme du module sera distribué à chaque stagiaire sous forme d'un support papier dès son arrivée ou mis à disposition pour le téléchargement sur la plateforme, ce qui permet ensuite à chaque stagiaire de suivre le déroulement de l'action de formation et d'accéder ainsi aux connaissances constituant les objectifs inhérents à l'action de formation professionnelle.

MODALITES DE SUIVI DE L'EXECUTION ET D'EVALUATION DES RESULTATS DE LA FORMATION :

La présence de chaque stagiaire sera consignée sur une feuille de présence. Un relevé de connexion sera réalisé à la fin de chaque journée de formation sur la plateforme de visioconférence.

La formation sera validée sur la base d'une évaluation réalisée à la fin de la formation sous la forme de rédaction de compte-rendu des séances pratiques et de questionnaire.

PROFILS DES FORMATEURS :

Les formateurs seront, selon leurs disponibilités :

- Madame Chantal Tortochot-Chéné, directrice de l'Académie de Sophrologie, sophrologue, spécialisée dans la maternité et l'accouchement.
- Docteur Marie-André Auquier, médecin nutritionniste, acupuncteur, sophrologue.
- Madame Isabelle Lefèvre, sophrologue, spécialisée dans l'adaptation aux enfants et adolescents.
- Madame Isabelle Talbert, sophrologue.
- Madame Cécile Vilatte, sophrologue, intervenante en Qualité de Vie au Travail et en Risques Psycho Sociaux.
- Monsieur Alain Ussel, sophrologue, spécialisé dans la confiance en soi.
- Monsieur Philippe Keit, sophrologue et praticien méthode Decemo.
- Monsieur Marc Boyer, sophrologue, enseignant et chercheur.

Ou équipe selon les disponibilités des formateurs.

CATEGORIE DE LA FORMATION :

L'action de formation entre dans la catégorie des actions d'acquisition, d'entretien et/ou de perfectionnement de connaissances en Sophrologie prévues par l'article L.6313-1.6 du Code du travail. Elle a pour objectif de permettre au stagiaire, grâce à cette formation, de faire l'acquisition des connaissances essentielles et élémentaires qui lui permettront d'approfondir les moyens d'exercer le métier de sophrologue.

FORMALITES D'INSCRIPTION

Le bulletin d'inscription est à nous retourner par courrier accompagné d'un CV, d'une copie de sa carte d'identité ainsi que d'une copie du dernier diplôme obtenu, du chèque d'arrhes correspondant à 30% du coût total de la formation, ou par mail accompagné de l'avis de virement des arrhes. Une convocation sera adressée dès réception de l'inscription avec le contrat ou la convention de formation, le programme du module et les renseignements de lieu ou les modalités de connexion à la plateforme de visioconférence, les horaires ainsi que le règlement intérieur.

ACCESSIBILITE – HANDICAP

Nous étudions au cas par cas toutes les situations de handicap afin d'envisager une intégration dans la formation. Si nous ne pouvons pas répondre efficacement à votre demande, nous vous mettrons en lien avec les organismes appropriés qui pourraient offrir des solutions adaptées à votre situation et à votre parcours de formation.