



PROGRAMME D'ACTION DE FORMATION

Créer et pérenniser son activité de Sophrologue RNCP

SASU MH RIO présidente : Marie-Hélène RIO, Consultante-Formatrice, 43 avenue de Tarbes - 64230 Lescar |
Tél : 06 81 89 48 83 | mail : mhr102@orange.fr | www.formation-sophrorelax.com/

Intervenants :

Marie-Hélène Rio
Consultante-Formatrice
Sophrologue -relaxologue,
Certifiée Fédération Internationale
de Relaxologie
Maître praticienne en PNL,
Formée à la ludo pédagogie, à la
méthode 3D
Enseignante du Jeu de la Source

Différents intervenants animent les
ateliers et rencontres selon leurs
domaines de compétences

Durée répartie sur une année :

308 heures en présentiel

Participants :

Groupe de maximum 8 stagiaires

Lieu :

Salle de formation ERP louée par
l'organisme sur Billère.
L'adresse est communiquée dans la
convocation transmise au plus tard
2 semaines avant le début de
l'action de formation

Moyens pédagogiques :

Matériel utilisé : tableau, support de
formation
Kits de documents fournis au fur et
à mesure du programme.

Programme 2021 - VV-30/08/2021

Objectif professionnel :

Créer et pérenniser son activité Sophrologue

Objectifs de développement des compétences professionnelles :

- Maîtriser le vocabulaire d'accueil en vue d'un accompagnement, Optimiser son écoute
- Maîtriser la conception, l'élaboration et la guidance de séances de Relaxation et de Sophrologie
- Etablir une relation de confiance
- Clarifier un objectif et Evaluer un accompagnement
- Elaborer un protocole d'accompagnement selon les publics visés et en adéquation avec les besoins
- Utiliser sa propre créativité et ses propres compétences pour adapter les séances aux circonstances et besoins des personnes.
- Préparer un plan d'actions de création d'activité Sophrologue
- Préparer la pérennisation de son activité

Public concerné et pré requis	Techniques pédagogiques et modalités d'évaluation
<ul style="list-style-type: none"> • Tout porteur de projet de création d'activité de « sophrologue », : Demandeur d'emploi, Salarié, Actif non salarié • Sélection à l'inscription (entretien téléphonique) : L'entretien porte essentiellement sur <ul style="list-style-type: none"> - Le statut actuel et la nature du projet de Création d'Activité - La motivation et le niveau d'implication du Créateur • Utiliser habituellement un logiciel de traitement de texte et de messagerie, ainsi qu'Internet. 	<ul style="list-style-type: none"> • Méthode : « learning by doing » • Les outils pédagogiques utilisés sont choisis pour favoriser l'application et la mémorisation de l'information et des techniques : Exercices, études de cas, QCM, simulation de cas concrets Exercices d'application intersession • Selon les séquences, différentes techniques sont utilisées : <ul style="list-style-type: none"> ⊕ Séquences informatives : exposés, ⊕ Séquences d'auto évaluation et de réflexions personnelles ou en commun ⊕ Séquences de travail en groupe, ateliers • Evaluation pédagogique diagnostique en début de formation, et formative/acquisition de compétences, au fur et à mesure de la formation, • La Validation de la formation est conditionnée par <ul style="list-style-type: none"> - Le suivi de toutes les heures de formation par le stagiaire - La réalisation écrite d'un plan d'actions de création d'activité et de séances d'accompagnement en situation réelle. - La validation par l'équipe de formation du travail écrit du stagiaire. - La réussite de la soutenance devant un jury • Remise d'un Certificat de Réalisation/Attestation de présence, assiduité et fin de formation, qui précise le niveau d'atteinte des objectifs de développement des compétences professionnelles. • Chaque stagiaire sera tenu de signer la feuille d'émargement à chaque début de demi- journée de la formation. • Questionnaire pour le bilan à chaud de la formation par le participant, • Questionnaire d'évaluation de la mise en œuvre des compétences développées à froid environ 6 mois après la fin de la formation : bilan à froid.

Programme de formation

Module 1 : Accueillir, Communiquer de manière objective et comprendre l'autre - La place des langages : Verbal, Para verbal, Non verbal -La place de l'émotion, L'écoute active -Clarifier la demande

Module 3 : les méthodes de relaxation : Visualisation, métaphore, Jacobson, Vittoz, Schultz, Respiration

Module 4 : Les 4 degrés de Sophrologie

Module 2 : Champ d'application – publics :

Enfants – Adolescents-Périnatalité – Addiction – Activité Physique – Sommeil- Deuil – Palliatif -Poids – Entreprise – Suivi ou atelier – Personnes âgées – Santé mentale

Module 3 : Elaborer un protocole de suivi d'accompagnement

Module 4 : Cadre, déontologie, et **veille** professionnelle

Module 5 : Créer son activité : Critères de choix du statut en tant que créateur (trice) d'entreprise, Les métiers de l'accompagnement par la sophrologie, les champs d'application.

Module 6 : Rédiger son plan d'action

Module 7 : Pérenniser son activité : angles de communication de l'activité, Développer et entretenir son réseau