



PROGRAMME D'ACTION DE FORMATION

« SOPHROLOGUE »

La Sophrologie : animation de séances adaptées aux différents publics individuels et/ou collectifs Bloc 2 RNCP 36161

Responsable Pédagogique :

Marie-Hélène Rio
Sophrologue,
Relaxologue
Pédo-relaxologue
Consultante-Formatrice
Maître praticienne en PNL,
Formée à la ludo pédagogie, à la méthode 3D, à l'analyse transactionnelle.
Certifiée Fédération Internationale de Relaxologie.
Créatrice de la méthode R.I.O.
Enseignante du Jeu de la Source

Les intervenants animent les modules et/ou ateliers selon leurs domaines de compétences

Durée :

84 heures réparties sur 12 jours
Horaires modulables sur la base :
9h - 12h30 / 13h30 - 17h
Plus temps de travail personnel

Participants :

Groupe de maximum 10 stagiaires

Lieu :

Salle de formation ERP louée par l'organisme sur Billère (près de Pau).
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 2022 – VV – 02/03/22

SASU MH RIO - Présidente : Marie-Hélène RIO, Consultante-Formatrice, 11 avenue Baron Séguier 64140 BILLERE | 06 81 89 48 83 | mhrio2@orange.fr | www.formation-sophrorelax.com |

Objectif professionnel :

Maîtriser l'animation de séance de Sophrologie
Adapter l'accompagnement sophrologique

Objectifs de développement des compétences professionnelles :

- Animer une séance de Relaxation Dynamique
- Respecter le cadre interventionnel du sophrologue

Public concerné et pré requis	Techniques pédagogiques et modalités d'évaluation
<ul style="list-style-type: none"> • Toute personne souhaitant devenir Sophrologue, • Être titulaire du Bac ou niveau Bac Ou bien avoir 2 années d'expérience dans le secteur du bien-être • Avoir suivi et validé la formation SOPHROLOGUE, la Sophrologie : fondamentaux, constructions de séances • Sélection à l'inscription (entretien téléphonique ou en présentiel : L'entretien porte essentiellement sur <ul style="list-style-type: none"> - la motivation et le niveau d'implication • Aucun pré-requis. 	<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 • Selon les séquences, différents techniques sont utilisés : <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, mise en situation. Rédaction et soutenance d'un mémoire expérientiel en fin de formation. • 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 et de développement des compétences professionnelles

- ✚ Relation d'aide, cadre et limite de l'intervention du sophrologue
- ✚ Construction d'un programme d'accompagnement
- ✚ Évaluation de la progression de l'accompagnement
- ✚ Respiration : prise de conscience, différentes techniques...
- ✚ Champ d'application ; adaptation aux publics : individuel – groupes
- ✚ Etudes de cas d'intégration des méthodes de Relaxation dynamique, Sophrologie dans les métiers du soin, d'éducation et d'aide