

Plans de formations courtes

En complément à la pratique de la sophrologie, autres métiers de soins et d'accompagnement professionnel
+ Savoir comment créer sa propre entreprise

Adapté à votre demande :

Comment ?

Cette formation est faite pour vous et peut se proposer « A LA CARTE »

En individuel si votre formation est particulière et en classe virtuelle si vous êtes plusieurs sur la même date en fonction des modules,

Pour qui ?

Vous êtes professionnels de santé, praticien en médecine paramédicale et/ou alternative ou vous débutez votre activité et avez besoin de conseils, En tant que professionnels nous répondons présents à vos demandes,

Les 4 modules qui suivent sont tous proposés sur 2 ou 3 jours.

Le but ? Répondre à VOS besoins,



Ces 4 modules se proposent en
distanciel

sur 2 jours (380 €) ou

Sur 3 jours (580€)

de 6 heures ou sur 6 jours de 3
heures.

MODULE 1

UN PLUS EN TANT QUE SOPHROLOGUE : Vous avez entendu parler de la sophrologie et cela pourrait être **UN PLUS** aux thérapies ou à l'accueil que vous dispensez...

MODULE 2

APPROFONDISSEMENT DES SAVOIRS ET CONNAISSANCES : Vous êtes déjà sophrologue et avez besoin d'aller plus loin dans les protocoles à proposer comme peuvent le permettre : l'apprentissage des relaxologues, des **techniques d'hypnose, la gestion de toute addiction, l'accueil des enfants, des adolescents, des seniors.**

MODULE 3

PSYCHOLOGIE : Vous recevez du public en soin et il **vous manque des éléments** en psychologie, psychopathologie. C'est ici que vous les trouverez.

MODULE 4

SAVOIR CRÉER MON ENTREPRISE : Vous **démarrez** et ne savez pas comment vous faire connaître, comment vous « déclarez » et plein d'autres questions sur lesquelles nous vous proposons de travailler ensemble pour trouver **VOS** réponses,

MODULE 1

Vous avez entendu parler de la sophrologie et cela pourrait être **UN PLUS** aux thérapies ou à l'accueil que vous dispensez...

Objectif :
Acquérir les bases essentielles de la sophrologie

1^{er} jour :

- Tour d'horizon sur votre pratique afin de cibler au mieux votre demande
- Ce que vous attendez de la formation
- Votre pratique et ce que vous pourriez mettre en place avec la sophrologie
- **Présentation de la sophrologie** , de ses points essentiels et revisite de l'accueil thérapeutique
- **Déontologie de la sophrologie**

2^{ème} jour :

Visite du 1^{er} degré de la **RDC1** ou Relaxation Dynamique de Caycedo ou/et
Visite des techniques des relaxologues comme **Vittoz et Jacobson**
Techniques et protocoles **d'hypnose conversationnelle et Ericksonienne**

3^{ème} jour : (facultatif)

Visite du 2^{ème} degré de la **RDC2** ou Relaxation Dynamique de Caycedo
Adaptabilité des protocoles et exercices à votre pratique

MODULE 2

Vous êtes déjà sophrologue et avez besoin d'aller plus loin dans les protocoles à proposer comme le permet l'apprentissage des relaxologues, de la physiologie, voire des techniques d'hypnose, si proche du métier de sophrologue.

Objectif :
Acquérir de nouvelles techniques en sophrologie, en hypnose et techniques ciblées

1er jour :

- Tour d'horizon sur votre pratique afin de cibler au mieux votre demande
- Ce que vous attendez de la formation
- Votre pratique et ce que vous pouvez ajouter avec cette formation.
- Présentation **des relaxologues, de nouvelles techniques de respiration et de protocoles d'hypnose thérapeutique.**

2ème jour :

- **Addictions, perte de poids, arrêt du tabac**
- **Public senior, public enfant.**
- Mise en application des techniques visitées /jeux de rôle

3ème jour :

Mise en pratique /jeux de rôle/ étude de cas

Gestion des groupes

Mise en application des techniques visitées /jeux de rôle

Bilan de cette formation /questionnaire



MODULE 3

Vous recevez du public en soin et **il vous manque des éléments** en psychologie, psychopathologie. C'est ici que vous les trouverez.

1^{er} jour :

- Tour d'horizon sur votre pratique afin de cibler au mieux votre demande
- Ce que vous attendez de la formation
- Votre pratique et ce que vous pourriez mettre en place avec de l'analyse et de l'accueil thérapeutique
- Déontologie de la thérapie
- Mise en place de l'Alliance
- Mise en place de l'Ecoute active

2^{ème} jour :

Visites et balayage **des névroses** communément rencontrées
Moyens pour les repérer et comprendre ce qu'il se joue ici
Qu'est-ce que **la psychose** ?

3^{ème} jour :

Ce qu'il se passe au niveau du **corps** (muscles et systèmes)
Tour d'horizon de nos **capteurs sensoriels et de nos neuro transmetteurs**
Bilan et contrôle des connaissances pour chacun

Objectif :
Acquérir de nouvelles techniques en tant que personne désirant recevoir des patients et non seulement des « clients »

MODULE 4 Savoir créer mon entreprise

Objectif de cette formation de mise en place de votre entreprise en sophrologie, hypnose et coaching professionnel et individuel :

Cette formation vise à vous guider à travers les principales étapes de la création de votre propre pratique. Vous apprendrez à structurer votre projet, à définir vos offres de services, à choisir le cadre juridique approprié, à élaborer un plan d'entreprise solide et à effectuer les démarches nécessaires pour démarrer votre activité.

À la fin de cette formation, vous serez en mesure de :

- Effectuer une analyse du marché spécifique à la sophrologie, à l'hypnose ou au coaching.
- Développer un modèle économique adapté à votre pratique.
- Choisir la structure juridique la plus pertinente pour votre entreprise.
- Évaluer la viabilité financière de votre activité.
- Sélectionner les stratégies de communication et les plateformes en ligne les plus appropriées pour atteindre votre public cible.
- Examiner les différentes sources de financement et les aides disponibles pour le lancement de votre activité.
- Créer un argumentaire de présentation percutant pour votre pratique.
- Effectuer toutes les étapes administratives nécessaires pour démarrer votre activité.

Programme de cette formation adaptée en sophrologie, hypnose et coaching :

- Analyse des tendances actuelles dans le domaine de la santé mentale et du bien-être.
- Évaluation de l'adéquation entre vos compétences et votre projet professionnel.
- Affinement de votre idée de pratique en sophrologie, en hypnose ou en coaching.
- Compréhension des étapes clés du processus de création d'entreprise dans ce domaine spécifique.
- Définition de vos offres de services en sophrologie, en hypnose ou en coaching.
- Acquisition des compétences essentielles pour réussir en tant que praticien indépendant.
- Application des principes de l'effectuation à votre projet.
- Analyse de votre marché cible et identification de vos clients potentiels.
- Compréhension des aspects juridiques spécifiques à votre domaine et des formalités administratives requises.
- Évaluation de la rentabilité financière de votre activité et élaboration de prévisions financières.

- Définition d'une offre claire et attrayante pour vos clients dans le domaine de la sophrologie, de l'hypnose ou du coaching.
- Utilisation des médias sociaux et des réseaux professionnels pour promouvoir votre pratique.
- Rédaction d'un plan d'entreprise complet et préparation d'une présentation efficace de votre projet.

Vous venez de visiter nos **4 modules de formation**, se proposant pour des professionnels du domaine de la santé ou du soin.

Les formations courtes ici proposées s'adaptent totalement à votre demande et peuvent donc se dispenser **INDIVIDUELLEMENT**.

Toutefois des dates sont proposées régulièrement pour que ces formations se fassent à plusieurs et en distanciel : en visioconférence.

Vous avez donc le choix du modèle de votre formation.



Les Ateliers du Sud

54 boulevard Jean Jaurès
06300 Nice

Ecole Azuréenne du dos
122 boulevard Maurice Donat
06250 Mougins

Déclaration d'activité
N°93060867506 du préfet de
région PACA
Siret 490 742 632 00048



Vos formations sont assurées par
Patricia Benoit



Sophrologue et hypnothérapeute depuis une trentaine d'années, directrice et fondatrice des Ateliers du Sud, j'ai toujours à cœur de partager ma passion de ce métier avec des personnes motivées et en recherche de nouvelles compétences et connaissances.