

Formation en Sophrologie : Profil, Plan et Évaluation

PROFIL DES APPRENANTS

Prérequis :

Intérêt pour la sophrologie et le bien-être

Motivation à apprendre les techniques de relaxation dynamique et d'accompagnement thérapeutique.

Capacité d'écoute et d'empathie

Qualités essentielles pour établir une alliance sophronique et mener des séances adaptées.

Esprit d'ouverture et engagement personnel

La formation demande une implication active dans les mises en pratique et les études de cas.

Aucune contre-indication médicale ou psychologique

Certains organismes vérifient que les participants ne présentent pas de troubles incompatibles avec la pratique de la sophrologie.

Possibilité de réaliser un stage en entreprise

35 heures de mise en pratique sont nécessaires pour valider la formation et assurer l'application clinique des compétences.

PLAN DE FORMATION

Le contenu détaillé de cette formation vous sera envoyé sur demande

01

Introduction à la Sophrologie et Bases Fondamentales

02

Protocoles Caycédiens - RDC1 & RDC2

03

Conscience et États Modifiés

04

Approche Psychanalytique et Rêves

05

Gestion du Stress et Équilibre Psychologique

06

Relaxologues et Techniques de Relaxation

07

Schéma Corporel et Principe d'Action Positive

08

Application Pratique et Stage Professionnel

09

Certification et Validation Finale

SUIVI DE L'EXÉCUTION ET ÉVALUATION DES RÉSULTATS

Responsable pédagogique : Patricia Benoit

Ressources techniques et pédagogiques : Patricia BENOIT

QUALITÉ ET SATISFACTION

Indicateurs qualitatifs

- Taux de satisfaction des apprenants (questionnaires post-formation et retours d'expérience).
- Qualité des séances pratiques supervisées (évaluations des mises en situation thérapeutiques).
- Maîtrise des protocoles Caycédiens (RDC1 à RDC4, évaluée tout au long de la formation).
- Capacité à animer et structurer une séance complète de sophrologie (retours du jury et des formateurs).
- Respect des principes éthiques et déontologiques (validation lors du passage devant jury).

Indicateurs quantitatifs

- Taux de réussite à la certification (nombre de candidats ayant obtenu la qualification avec une note $\geq 12/20$).
- Nombre d'heures de formation suivies (180h théoriques + 35h de stage pratique).
- Taux d'intégration professionnelle (nombre de diplômés exerçant en tant que sophrologues après la formation).

Indicateurs d'évolution

- Progrès observés entre le début et la fin de la formation (tests de connaissances et exercices pratiques).
- Capacité à appliquer les techniques enseignées en contexte réel (mise en situation professionnelle).
- Développement des compétences en écoute active et relation d'aide (écoute bienveillante et alliance sophronique).

