

## **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**

- **Introduction à la Sophrologie et Bases Fondamentales**
- **Protocoles Caycédiens - RDC1 & RDC2**
- **Conscience et États Modifiés**
- **Approche Psychanalytique et Rêves**
- **Gestion du Stress et Équilibre Psychologique**
- **Relaxologues et Techniques de Relaxation**
- **Schéma Corporel et Principe d'Action Positive**
- **Application Pratique et Stage Professionnel**
- **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).