

Cycle de base en sophrologie

D'une durée de 2 ans en présentiel, le cycle de base de l'I.D.S. donne aux futurs Sophrologues les compétences nécessaires pour réussir pleinement leur transformation existentielle et exercer le métier de sophrologue. Il prépare à la certification professionnelle de sophrologue (titre RNCP N° 36147 - Académie de Sophrologie de Paris).



LES OBJECTIFS DE LA FORMATION

**Acquérir les compétences
et connaissances nécessaires
à la pratique du métier
de sophrologue**

**Pratiquer une sophrologie
adaptée à chaque client
au travers des Relaxions
Dynamiques 1 à 4**

**Pratiquer la sophrologie
en autonomie**

**Être force de proposition
dans l'adaptabilité de la pratique
sophrologique**

**Mener son projet professionnel
de sophrologue**

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Comprendre et maîtriser le processus sophrologique
- Comprendre le sens et maîtriser les techniques sophrologiques
- Savoir animer des séances adaptées en individuel et en groupe
- Pratiquer une sophrologie adaptée à chaque client, au travers des Relaxions Dynamiques 1 à 4 :
 - Aller à la conquête de son corps et de sa respiration (RD1)
 - Aller à la conquête de son esprit (RD2)
 - Impacter durablement son corps et son esprit (RD3)
 - Débuter sa conquête existentielle (RD4)
 - Pratiquer la SAPAR, une technique originale élaborée par José NEVE pour activer la respiration.
- Savoir piloter son projet professionnel : ateliers pratiques concernant l'organisation de son cabinet, la gestion comptable, la structure juridique et la communication.

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Cours épistémologiques, pratiques et méthodologiques
- Travaux pratiques et théoriques, jeux de rôle
- Accompagnement tutorat en présentiel et en distanciel
- Travaux réguliers et mémoire de fin de cycle

OUTILS PÉDAGOGIQUES

- Livret d'accueil
- Livret de sécurisation
- Supports audios
- Diaporama en vidéo projection
- Documents papiers





MODALITÉS D'INSCRIPTION

Le cycle de base s'adresse à toute personne souhaitant suivre la formation sophrologique en présentiel sur 2 ans. Il prépare à la certification professionnelle de sophrologue enregistrée au RNCP sous le N° 36147 de l'Académie de sophrologie de Paris, partenaire de l'IDS.



PUBLIC ADMIS

Toute personne souhaitant se former à sophrologie afin d'accompagner professionnellement les personnes dans leurs objectifs.



PRÉREQUIS

- Être majeur
- Être motivé
- Détenir une bonne culture générale, niveau baccalauréat



ENTRÉE EN FORMATION

- Entretien préalable à l'inscription
- Réalisation d'un bilan de positionnement et de financement
- Contractualisation

LA FORMATION



NOMBRE D'HEURES DE FORMATION

356 heures réparties sur 2 ans, dont :

- 308 heures de formation en présentiel :
 - Acquisition de compétences
 - Animation de séances de sophrologie
 - Gestion de son activité de sophrologue
- 48 heures de pratique personnel



TARIF ET FINANCEMENT

- 3 200€ par année de formation (6 400€ pour deux années)
- Financement employeur et OPCO évolutif à 3 800€ par année (soit 7 600€ pour 2 ans)

Formation accessible au CPF, éligible aux financements Employeur, TRANSITIONS PRO, Pôle Emploi, Agefiph et autres OPCO (école référencée DATADOCK et RNCP).



BLOC DE COMPÉTENCES



SUIVI DES COMPÉTENCES

Un livret de sécurisation du parcours de formation permet le suivi de l'acquisition des compétences au travers des évaluations pratiques en individuel et groupe et des entraînements.



DIPLOME DÉLIVRÉ

Attestation de réalisation de fin de formation.

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP



Établissement validé en conformité d'accueil aux normes handicapés. Projet d'individualisation d'accueil pour les PSH avec le référent handicap de la structure.