

Module de spécialisation

« La sophrologie adaptée à l'adolescent et à l'étudiant »

Pour qui ?	Forme et contenu	Objectif et compétences visées
<p>Ce module de spécialisation s'adresse en premier lieu à notre responsabilité d'adulte, que nous soyons parents ou professionnels, à accompagner le jeune dans une période de sa vie qui peut être sensible, au travers de son processus de maturation et de personnalisation.</p> <p>Cette formation est particulièrement appropriée pour sophrologues confirmés ou en cours de formation. Elle prépare le sophrologue, dans sa posture de pédagogue, à accompagner le jeune en individuel ou en petit groupe vers une meilleure connaissance de soi, de ses ressources et de ses projets.</p> <p>Il répond également aux questionnements des professionnels de l'enseignement, des acteurs de la prévention sociale et de la santé mentale et des organismes d'insertion et de formation professionnelle.</p> <p>Ce module de formation s'adresse donc à tous ceux qui sont soucieux d'intégrer dans leurs pratiques avec les jeunes : des activités d'approche pour favoriser le dévoilement de du jeune et l'expression de ses ressentis émotionnels, des outils et des clés permettant l'accès à son mieux-vivre et à un meilleur apprentissage scolaire ou professionnel.</p>	<p>Méthodes actives et participatives tout au long du week-end avec des mises en situation, exercices d'application à partir de situations de travail réelles, jeux de rôles, travail en sous-groupe, échanges et analyses de pratiques...</p> <p>Avant la formation, pédagogie inversée avec l'envoi de documents préparatoires à consulter et à visionner (compter 4 à 5h).</p>	<p>Vous serez en mesure d'offrir aux adolescents et aux étudiants, une pédagogie active accompagnée d'outils pragmatiques, faciles à utiliser en condition réelle pour : se détendre, lâcher-prise, se concentrer, s'organiser ou encore préparer ses examens.</p> <p>Au travers d'un entraînement basé sur la sophrologie et adapté au profil des jeunes, vous les aiderez à être plus conscient d'eux-mêmes, de leurs possibilités de transformation personnelle, de leur capacité de choix, de leur pouvoir d'action sur leurs habitudes de vie, de pensée et d'orientation.</p> <p>À l'issue de cette formation, vous serez capables d'établir une anamnèse, de transmettre les bases d'une communication plus apaisée avec l'entourage de de l'adolescent et d'accompagner ses parents. Vous serez, en outre, en capacité de préparer et réaliser un projet professionnel dans un établissement d'enseignement scolaire, professionnel ou d'action sociale.</p>
<p>Durée</p>	<p>Prix</p>	<p>Modalités d'inscription</p>
<p>14 heures sur un week-end</p>	<p>300 €</p> <p>* en autofinancement uniquement</p>	<p>Une pré-inscription est obligatoire.</p> <p>Une fois pré-inscrit(e), vous serez tenu(e) informé(e) du calendrier de la prochaine formation (dates et lieux de formations en présentiel et en distanciel).</p> <p>* Possibilité de <u>formation sur-mesure</u> pour les établissements et organismes spécifiques.</p>