

# AVANT DE COMMENCER

## FORMATION DEVENIR SOPHROLOGUE

Vous vous préparez à commencer votre formation « Devenir Sophrologue » qui comprend :



- 7 modules soit environ 400 pages de cours **contenant des théories et pratiques,**
- l'apport incontournable des **4 premiers degrés de la sophrologie,**
- plus de 5h d'enregistrements sur ces degrés (**vidéos et audios**),
- **de la pratique supervisée** à travers vos devoirs et durant toute votre formation,
- de divers liens et bibliographie.

## COMMENT SONT COMPOSES LES MODULES

Les modules sont composés :

- ⇒ D'un **support de cours en version pdf**, comportant des chapitres théoriques et pratiques.
- ⇒ **De vidéos et d'audios** insérés dans votre dossier « ressources ».
- ⇒ **D'une évaluation de fin de module** structurée de la façon suivante :

✓ **D'une application de formation sous forme d'un QCM**, dont l'objectif est de vous permettre une révision ciblée et de pouvoir revenir aux notions importantes de votre cours au besoin.

✓ **D'un travail de synthèse** dont la finalité est de vous permettre de retenir les grands thèmes du module abordé.

✓ **Une production de documents professionnels**, qui vous permettront d'appréhender, de manipuler, de réfléchir, de créer, tout cela dans le but de maîtriser différents exercices et de savoir les adapter au besoin de vos clients et qui constitueront une base précieuse pour votre travail en tant que professionnel.

✓ **Une partie pratique** évaluée sur vos retours, qui vous fera expérimenter différentes techniques et enchaînements d'exercices sur vous mais aussi sur une tierce personne.

Vous êtes guidé tout du long de vos modules, différents documents sont à votre disposition pour vous permettre d'être confortable dans votre formation, ainsi que l'assistance de votre formatrice – voir le document "lien utile".

**Chez FPS, FormaPro Sophro, chaque évaluation est validée par votre formateur/trice, chaque écrit est relu et la correction personnalisée. Votre projet professionnel est également considéré à sa juste place, afin de vous accompagner et de vous guider au mieux.**

Une fois votre évaluation rendue, vous pouvez passer au module suivant en prévoyant un temps de tutorat par visio-conférence. Celui-ci nous permettra de faire le point sur le module achevé et la correction de votre devoir.

Les tutorats sont organisés en fonction de nos agendas à chacun.

Une correction type vous est également transmise afin de venir enrichir votre base de documents.

## LA PLATEFORME DE FORMATION

Afin de faciliter le **téléchargement des documents et le travail manuel (corrections, annotations, échanges...)** du formateur/trice sur les documents formalisés et rendus. Les formations sont organisées sur « **google drive** ».

Ainsi vous avez accès à tous vos documents en ligne et hors ligne ainsi qu'une fluidité entre vous et le formateur/trice.

Les documents peuvent être également envoyés par email pour les personnes qui le souhaitent.

## LES APPRENTISSAGES DURANT VOTRE FORMATION

Les apprentissages durant votre formation sont nombreux et sont développés pédagogiquement de sorte à en faciliter leurs acquisitions.

- ⇒ L'approche sophrologique des 4 premiers degrés ainsi que ses diverses sources (phénoménologie, Training Autogène, Yoga nidra...).
- ⇒ Des outils pratiques que vous allez réaliser et qui seront utilisables dans vos séances du 1<sup>er</sup> au dernier rendez-vous. (Anamnèse, séances, protocoles, grille d'évaluation...).
- ⇒ Des techniques efficaces et une approche pertinente qui vous permettront de guider au mieux vos clients, tout en sachant vous adapter à leurs demandes et besoins.
- ⇒ Comment structurer vos séances et savoir en évaluer leur efficacité.
- ⇒ Comment développer une posture professionnelle qui vous ressemble, vous devenez un sophrologue unique.

## VOTRE FORMATION DETAILLEE

**Dans votre dossier contrat et annexes**

## L'ÉVALUATION DE VOTRE FORMATION

**Votre formation est sous la forme du contrôle continu – une moyenne de 12/20 est nécessaire pour passer au module suivant.**

**Votre certification vous est délivrée une fois tous les modules obtenus, vos travaux de fin de formation rendus et les tutorats effectués.**

Les travaux que vous devez élaborer durant votre formation sont :

- un journal de bord (mémoire de formation) dans lequel vous consignez vos expériences personnelles ou professionnelles (une trame vous est communiquée en début de formation – cf : travaux à élaborer durant votre formation).
- vous devrez participer à au minimum **6 cours collectifs soit 6h**, chez le/la sophrologue de votre choix. Pour les stagiaires ayant déjà vécu des séances de sophrologie, une dispense est possible.
- en fin de formation, vous réaliserez deux accompagnements sophrologiques sur une personne de votre choix. À l'issue de cet accompagnement, vous rédigez votre rapport de pratique (un guide avec les blocs de compétences contrôlés vous est transmis en début de formation).

Une fois toutes ces différentes conditions remplies :

- ⇒ Évaluations et tutorats des 6 modules,
- ⇒ Travaux de fin de formation achevés, rendus et supervisés.
- => Soutenance réalisée