



PROGRAMME COMMUNICATION DE FORMATION V2026

Bien communiquer et exprimer sa personnalité, permet d'avoir plus confiance en soi, un meilleur leadership et une meilleure connaissance de soi, pour changer de vie.

Objectifs de Formation

Devenir Sophrologue

Objectifs Pédagogiques

- Acquérir progressivement la maîtrise des techniques de relaxation
- Etre capable d'élaborer une stratégie adaptée au mieux à la personnalité et à la problématique du client.
- Etre capable d'accompagner un client efficacement quel que soit sa problématique.

CONTENU DE LA FORMATION

MODULE 1 : Concept et origine de la sophrologie

Module 2 : Conscience, stress, séance de relaxation de base, entrainement improvisé

Module 3 : Relaxation de Jacobson et Schultz, texte de relaxation et entrainement improvisé
Anamnèse, sophronisation, dialogue post sophronique

Module 4 : Les autres méthodes PNL, entrainement

Module 6,7,8,9 : Alliance sophronique, élaboration de fiche de séance, l'évaluation et protocole
Les différents domaines d'applications, les techniques
sophroniques Projet professionnel et cadre déontologique



Public visé : Salariés, Demandeurs d'emplois, libéraux, personne en reconversion professionnelle



Durée : 80 heures de cours en présentiel et 320 heures de cours en plateforme e-learning.



Tarif : 3900 € TTC



Prérequis : Connexion internet, Wifi + ordinateur+connaissance WORD et EXCEL

Modalités d'organisation



Modalités et Délais d'accès

Possibilité de s'inscrire une semaine avant le début de la formation pour les salariés ou libéraux via le site web, par mail et par contact téléphonique et d'un délai de 2 mois pour les demandeurs d'emploi via Pôle emploi afin de constituer le dossier de prise en charge par la CTM.



Méthodes mobilisées

EN FOAD :
Visioconférence ou en classe virtuelle, via SKYPE/ZOOM/TEAM.
Exposés théoriques en synchrone par partage d'écran

Intervenant :

SIX Céline Formatrice spécialisée en entreprise et dans le secteur médical

Sanction :

Attestation de fin de formation



Moyens techniques

EN FOAD :
Plateforme en ligne avec accès aux supports pédagogiques, à la suite de la formation.
Assistance technique assurée par téléphone et par mail en synchrone.

EN PRÉSENTIEL :

Salle équipée : paperboard, vidéoprojecteur, accès internet
Ordinateur avec connexion Wi-Fi, appartenant au participant



Modalités d'évaluation

Feuilles de présence signée à distance
Questions orales ou écrites (QCM)
ISFC – 165 rue moreau de Jonnes – 97 200 Fort de France
SIRET : 84957835600016
NDA N° 02973198997



Quizz, mises en situation, partage d'expérience.

Formulaires d'évaluation de la formation par le stagiaire

Entretien oral de bilan de fin de formation avec le formateur



Accessibilité aux personnes en situation d'handicap

Personnes en situation de handicap avec mobilité réduite merci de nous contacter.

Pour tout autres handicap nous ferons notre possible pour vous orienter.



Contact : SIX CELINE

Mail : celinesix6@hotmail.fr

Téléphone : 0696860609