INSTITUT DE SOPHROLOGIE DE RENNES
Ecole de Sophrologues de Bretagne
www.sophrologie-formations.com

APPROCHE SOPHROLOGIQUE FACTORIELLE

Public:

Etudiant en sophrologie de l'une des écoles de la Coordination des Ecoles Professionnelles en Sophrologie (CEPS) ayant terminé la formation de base (cycle fondamental) ; sophrologue ayant une expérience des 4 degrés de la relaxation dynamique de Caycedo.

Présentation :

Norbert CASSINI propose une méthodologie originale qu'il désigne par « Approche Sophrologique Factorielle. L'A.S.F. combine intelligemment dans un même cursus, voire dans une même séance, les R.D. et les techniques spécifiques (ou « sophronisations ») tout en conservant la RD comme « colonne vertébrale ». Pour cela, certains « facteurs » sont abordés et travaillés progressivement. Il définit le facteur comme « la variable dont le degré de conscience, de maîtrise et d'intégration à une influence sur le thème abordé ou l'objectif d'une personne ». Après que le praticien -avec la collaboration des personnes- ait repéré les facteurs utiles ou nécessaires pour le ou les sophronisants, chaque facteur est d'abord abordé progressivement et phénoménologiquement, avant, dans d'autres séances, une recherche d'amélioration ou de résultat et enfin, dans un troisième temps, l'aide à l'application concrète reliée aux objectifs (sportifs, familiaux, professionnels, etc. de chacun.

Objectifs :

Acquérir une méthodologie pour :

- faciliter l'accès à la pratique de la relaxation dynamique ;
- respecter les étapes de *découverte, conquête et transformation* des phénomènes ;
- proposer un accompagnement relié aux motivations et besoins de chacun ;
- concilier une recherche d'efficacité tout en évitant de proposer des solutions réductives ou toutes tracées ;
- favoriser l'autonomie de chacun par le développement d'une plus grande qualité de conscience mais aussi une plus grande capacité d'action et d'adaptation.

Ces contenus sont donnés à titre indicatif et peuvent être modifiés en fonction de l'intérêt et des demandes du groupe

Méthode et moyens pédagogiques :

- Réflexions en sous/groupes, apports théoriques.
- Pratiques de sophronisations et relaxations dynamiques abrégées.
- Fiches méthodologiques, documentations synthétiques, pistes bibliographiques.

Durée et lieu du stage :

3 jours (24 heures), à Messac (35), à l'Institut de Sophrologie de Rennes.
Réservation écrite indispensable.

Intervenant:

Norbert CASSINI : Directeur de l'Ecole Française de Sophrologie de Montpellier , Master spécialiste en sophrologie Caycédienne, Certificat d'Université de pédagogie des pratiques psychocorporelles, enseignant vacataire en faculté et en école paramédicale.

La Migorais - 35480 MESSAC
02 99 34 21 21 – isr@sophrologie- formations.com
SARL au capital de 7 622,45 € - B 353 839 111 RCS Rennes Siret 353 839 111 000 47