

Ecole des Pratiques Sophrologiques, de Santé Intégrative et Complémentaires

6 impasse des chenes
57410Siersthal
Email: fabien@rohrbacher.fr
Tel: 0670979625



En partenariat avec



Savoir animer un atelier de gestion du stress Sophro-Trainer ©

Vous êtes sophrologue et vous souhaitez compléter vos offres en proposant un atelier de gestion du stress. Sophro-Trainer a créé une formation pour vous permettre d'animer facilement des ateliers de gestion du stress « Clés en mains » en format 3h00 et 1h30. Nous vous transmettons tous les outils nécessaires pour être immédiatement en confiance et opérationnel.le.

A l'issue de cette formation vous serez à même d'animer des ateliers pour les entreprises, associations, institutions ou groupes de particuliers confrontés à la problématique du stress.

Nous vous transmettons également des informations pour vous permettre la commercialisation de vos ateliers et nous vous donnons les tarifs de vente de ce type d'atelier.

Durée: 4.00 heures (jours)

A QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION ?

Profil du stagiaire

- Sophrologues en activité ou étudiants en sophrologie

Prérequis

- Être équipé de PowerPoint (Microsoft Office)
- Avoir une bonne connexion Internet pour suivre la formation en distanciel

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Découvrir la structure et le rythme d'un atelier
- Connaître les mécanismes du stress
- Apprendre à animer les différentes séquences d'un atelier

CONTENU (PROGRESSION PEDAGOGIQUE)

ORGANISATION

Formateur

Les formateurs sont tous sophrologues et thérapeutes en activité. Ils ont tous une grande expérience en tant que formateur.

Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation.
- Documents supports de formation projetés.
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Quiz en salle
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation.
- Formulaires d'évaluation de la formation.
- Certificat de réalisation de l'action de formation.