



Ecole de
Sophrologie
Caycédienne
Annecy

Formation continue en Sophrologie

Sophrologie, enfants et adolescents

En s'appuyant à la fois sur la structure et les fondamentaux de la sophrologie caycédienne et sur les connaissances actualisées sur le thème de l'enfance et de l'adolescence, cette formation a pour objectif de développer une posture, des compétences spécifiques et des outils pédagogiques et créatifs complémentaires qui permettent d'optimiser l'accompagnement des enfants et des adolescents.



Accessibilité de la formation aux personnes handicapées

Lors de nos premiers contacts, nous vous proposerons un entretien afin de prendre en compte les spécificités de votre handicap et de déterminer les éventuels aménagements ou dispositions à mettre en place. Les sites sur lesquels nous proposons nos formations respectent les normes d'accessibilités aux personnes à mobilité réduite.

Référent Handicap : Mme Christelle Delarue, 06 72 70 94 29.

Fiche descriptive de la formation

PRESENTATION

Dans notre monde moderne où tout s'accélère, où les écrans et les connexions sont omniprésentes, il est fréquent d'entendre des parents démunis qui ne savent plus quoi faire avec leur(s) enfant(s) ou leur(s) adolescent(s). Il est fréquent de voir des enfants en difficulté, d'entendre des adolescents se sentant non compris et en rupture ...

L'enjeu est considérable : les enfants et les adolescents d'aujourd'hui sont des adultes en devenir qui façonneront la société de demain.

Cette formation repose sur les principes de la Sophrologie Caycédienne et s'appuie sur une approche pédagogique et créative. Elle est spécialement conçue pour toutes personnes travaillant dans le champ de l'éducation, de l'enseignement, du secteur social ou de l'accompagnement des enfants, des adolescents et de leur famille. Elle leur permettra d'appréhender avec sensibilité et justesse le monde de l'enfance et de l'adolescence, d'un point de vue théorique, pratique et expérientiel.

L'objectif de cette formation est double :

- non seulement d'acquérir des outils et des compétences pour accompagner l'enfant et l'adolescent vers sa propre autonomie, capacité à se sentir responsable et libre de ses choix
- pouvoir également apporter à l'adulte (professionnel, parent, accompagnant...) une réflexion et développer des capacités pour écouter, communiquer, « être avec » l'enfant et l'adolescent, et aussi lui permettre de mieux gérer ses propres tensions et limites.

En d'autres termes, cette formation permettra de se doter des moyens pragmatiques pour tendre vers les modèles proposés par ces deux citations :

« Travailler auprès d'enfant et d'adolescent c'est pouvoir se mettre à leur hauteur dans une relation empathique et bienveillante pour leur permettre de déployer leurs capacités intellectuelles et affectives ».
Catherine GUEGUEN, pédiatre spécialisée dans le soutien à la parentalité

« Les enfants et les adolescents sont compétents et ont besoin d'être traités avec dignité pour pouvoir s'épanouir pleinement ». J. JUUL, thérapeute familial

PUBLIC

Cette formation est ouverte aux sophrologues et aux stagiaires en cours de formation au 1^{er}, 2^{ème} ou 3^{ème} cycle dans le cadre de la formation continue, pour l'adaptation et l'application de la sophrologie dans le domaine paramédical, social, éducatif et préventif.

PRE-REQUIS

Niveau baccalauréat ou expérience significative selon son champ d'intervention professionnel.

OBJECTIF PRINCIPAL

En s'appuyant à la fois sur la structure et les fondamentaux de la sophrologie caycédienne et sur les connaissances actualisées sur le thème de l'enfance et de l'adolescence, cette formation a pour objectif de développer une posture, des compétences spécifiques et des outils pédagogiques et créatifs complémentaires qui permettent d'optimiser l'accompagnement des enfants et des adolescents.

OBJECTIFS OPERATIONNELS

Les objectifs opérationnels sont organisés autour des 3 orientations suivantes :

- **Approche théorique :**

A travers différents apports liés notamment aux intelligences multiples, aux neurosciences, à la psychologie positives, à l'éducation bienveillante, au développement de l'enfant et de l'adolescent ainsi qu'à leurs besoins, l'objectif est de développer une meilleure connaissance et compréhension de l'enfant et de l'adolescent. Les liens qui seront faits avec les fondamentaux de la Sophrologie Caycédienne permettront une meilleure adaptation de cette dernière pour une prise en charge plus efficace.

- **Apprentissage technique :**

La formation comportera la pratique de nombreuses techniques sophrologiques adaptées et d'exercices complémentaires qui mettront en lumière d'un point de vue vivantiel les apports théoriques et méthodologiques.

- **Adaptation professionnelle :**

La question fondamentale concernera toujours la façon d'utiliser et d'adapter les compétences acquises dans le cadre du champ d'application et des objectifs professionnels de chacun.

Notre accompagnement prendra en compte les acquis, l'expérience, la sensibilité, les valeurs et les motivations afin que chacun parvienne à trouver sa forme d'expression dans le cadre posé.

GRANDS AXES DU PROGRAMME

- Expression des besoins et attentes des participants
- L'enfant et l'adolescent aujourd'hui : développement, spécificités et besoins
- Les grandes orientations et objectifs des 4 premiers degrés de la Méthode
- Les possibilités d'adaptations de chacun des 4 premiers degrés aux enfants et adolescents
- Pratique de techniques spécifiques et adaptées issues des 4 premiers degrés
- Conduite d'une séance individuelle et collective avec des enfants et des adolescents : anamnèse, terpnos logos, mode de phénodescription et de sophro-analyse vivantielle
- Spécificités du suivi et de l'accompagnement dans le temps
- Les caractéristiques de l'alliance et de la posture du sophrologue adaptée à l'enfant et à l'adolescent
- La relation du sophrologue avec la famille de l'enfant et de l'adolescent
- Suivant l'orientation et les fondamentaux de chacun des 4 degrés du 1^{er} Cycle, découverte et pratique d'exercices dynamiques et créatifs complémentaires s'appuyant sur l'interaction et la rencontre avec l'Autre.
- Réflexion collective en vue de la mise en œuvre d'un programme d'entraînement pour un groupe d'adolescents

EFFECTIFS

20 personnes maximum.

METHODE PEDAGOGIQUE

Alternance entre des temps :

- de pratique de techniques sophrologiques adaptées,

- de découverte d'exercices dynamiques s'appuyant sur l'interaction et la créativité,
- d'échange et de réflexion participative sur la base d'apports théoriques sur le thème de l'enfance et de l'adolescence et d'apports méthodologiques liés à l'adaptation de la sophrologie caycédienne

MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

Paper board ou présentation Power Point

EVALUATION

Evaluation continue des connaissances théoriques et des compétences pratiques et relationnelles, à partir de nombreuses mises en situation.

SANCTION DE LA FORMATION

En fin de formation, il sera délivré une attestation de formation.

DATES ET DUREE DE LA FORMATION

5, 6, 7 et 8 juillet 2025, soit 4 jours de formation pour un total de 28 heures (7 heures / jour).

COUT DE LA FORMATION

Personnes se finançant la formation : **520 €** (130 €/jour).

Personnes prises en charge dans le cadre de la formation continue **660 €** (165 €/jour).

Stagiaires de l'ESCA en cours de formation et en autofinancement : tarif préférentiel de **420€** (105 € / jour).

LIEU DE LA FORMATION

Ecole de Sophrologie Caycédienne d'Annecy – 10 route du Crêt d'Esty, 74650 CHAVANOD ou un autre lieu à proximité d'Annecy

FORMATRICE



Christelle DELARUE est formatrice, sophrologue caycédienne, directrice et fondatrice de l'Ecole de Sophrologie Caycédienne d'Annecy. Issue du champ de l'insertion et de l'orientation professionnelle, elle s'initie à la sophrologie caycédienne en 1999 et forme des sophrologues depuis 2005.

Elle travaille dans différentes structures et en cabinet libéral auprès d'un large public allant des enfants aux séniors. Parmi ses domaines de prédilection, se trouvent la parentalité, l'accompagnement des femmes enceintes et des personnes en fin de vie.

Dans ses interventions, Christelle aime associer bienveillance, exigence et attitude ludique.



Bulletin d'inscription

Formation continue : « Sophrologie, enfants et adolescents »

Civilité : Madame Monsieur

Nom : _____

Prénom : _____

Profession : _____

Formation en sophrologie
(date, école, niveau) : _____

Adresse : _____

Code postal : _____

Ville : _____

Pays : _____

Adresse mail : _____

Téléphone fixe : _____

Téléphone mobile : _____

Je souhaite m'inscrire à la formation « **Sophrologie, enfants et adolescents** »

- Date : 5, 6, 7 et 8 juillet 2025
- Lieu : Ecole de Sophrologie Caycédienne d'Annecy – 10 route du Crêt d'Esty, 74650 CHAVANOD ou un autre lieu à proximité d'Annecy

Je joins :

- le présent bulletin daté et signé
- pour les personnes se finançant la formation, un chèque d'acompte de 80€ valant réservation, adressé à l'ordre de : ESCA

A renvoyer par courrier à l'adresse ci-dessous :

Ecole de Sophrologie Caycédienne d'Annecy - ESCA
Christelle DELARUE
10 Route du Crêt d'Esty
74650 CHAVANOD

Date : _____

Signature : _____

Conditions générales d'inscription :

Si le nombre de participants à la formation est jugé insuffisant, l'ESCA se réserve le droit d'annuler la formation, le chèque d'acompte valant réservation sera alors au choix restitué ou reporté sur l'inscription à une autre formation à venir. En cas d'annulation de notre part, aucun remboursement de frais de transport ou autres, hormis le chèque de réservation, ne sera effectué.

Le nombre de participants par stage de formation est limité, les réservations sont faites par ordre d'arrivée des inscriptions.

A la suite de votre inscription, vous recevrez une confirmation d'inscription.

En cas de désistement du stagiaire annoncé moins de 10 jours avant le début de la formation, le montant de la réservation reste acquis à l'ESCA au titre de frais de dossier. Celui-ci pourra être reporté sur l'inscription à une autre formation au cours de l'année à venir.

