



# Mener des Accompagnements en tant que Consultant en Bien-Etre Emotionnel

## Finalités de la formation

La gestion des émotions est aujourd'hui une vraie problématique chez le plus grand nombre, que cela soit dans le domaine professionnel ou personnel. L'émotion génère une déstabilisation générale de l'individu, bloquant une vision claire de ce qui se passe réellement. Pendant de nombreuses années, la réflexion a été un outil de choix, mais n'est plus suffisamment efficace aujourd'hui. C'est pour cela que cette formation sera orientée sur une gestion émotionnelle à partir de la conscience des sensations et ressentis corporelles, afin de permettre aux bénéficiaires de gagner plus rapidement un apaisement intérieur, favorisant une résolution efficace des situations rencontrées.

### OBJECTIF

- Valider les compétences théoriques, pratiques et techniques acquises pour exercer l'activité de Consultant-e en Bien-Être Emotionnel, spécialiste des techniques d'apaisement émotionnel et de communication relationnelle.

### PRÉREQUIS

Des qualités humaines comme l'écoute, le bon contact, la motivation autour de son projet. Acceptation à la formation sur dossier de motivation et entretien individuel ou collectif.

Être en activité professionnelle ou suivre la formation « Créer son entreprise : du projet à la concrétisation ».

**DURÉE** : 152 heures (19 jours) + 10 heures stage pratique, soit un total de **162 heures** – sur 6 mois minimum et 2 ans maximum

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Apports conceptuels - Échanges entre les participants - Pratiques d'exercices guidées par la formatrice - Séances guidées par les participants - Études de cas - Mise en application pratique par les participants – Jeux de rôles – Vidéoprojection

### FORMATEURS

- **Patricia Penot** : Directrice de Formation. Coach en gestion émotionnelle. Sophrologue Humaniste Expert. Formatrice en Analyse Transactionnelle. Consultante en Entreprise
- **Frédérique Faucher** : Sophrologue Humaniste Expert. Consultante en Entreprises
- **Judith Dumas** : Sophrologue Humaniste Expert. Sophro-analyste. Praticienne de la Relation d'Aide. Spécialisée en éducation émotionnelle. Chargée de cours à SUP des RH sur les cursus Bachelor et Master

**LIEU** : Centre Evolution - Montereau Fault Yonne et/ou téléformation

**Participants** : 4 minimum, 12 maximum

**TARIF INDIVIDUEL** : 1620 euros + 50 euros Frais Inscription

**TARIF ENTREPRISE** : 1820 euros pour frais de gestion administrative + 50 euros Frais Inscription

### DATES :

- Consulter notre calendrier pour les formations suivantes :
  - ✓ Animer des séances d'EFT – Gestion émotionnelle
  - ✓ Décoder les dynamiques relationnelles et concevoir des plans d'action adaptés
  - ✓ Animer des séances de Sophrologie pour le Bien-Être Emotionnel



## PARCOURS PEDAGOGIQUE

Le Consultant en Bien-Être Emotionnel accompagne des personnes pour qu'elles développent les attitudes et les comportements nécessaires pour franchir un cap difficile ou préparer un changement.

À partir d'un objectif formulé en termes de gains, il s'intéresse au présent du client pour préparer un futur nouveau, en mettant tous les atouts de son côté.

### **Formation « Animer des séances d'EFT – Gestion émotionnelle », les 4 niveaux, pour savoir :**

- Utiliser les techniques de base et complémentaires de l'EFT pour apaiser et gérer les émotions en situation concrète
- Organiser les séances en individuel et en groupe, en visioconférence et par téléphone
- Animer des programmes thématiques avec l'EFT : la dépendance au tabac, la gestion des peurs, le poids, la douleur, les projets, la prospérité
- Analyser sa posture professionnelle en tant que Consultant-e en Bien-être Emotionnel

*Vous aurez validé un rapport de stage écrit montrant la pertinence des séances données et une analyse de votre pratique.*

**Document délivré à la fin de la formation :** une attestation de formation à la méthode EFT, informant de la validation ou non des compétences acquises.

### **Formation « Décoder les dynamiques relationnelles et concevoir des plans d'actions adaptés", pour savoir :**

- Repérer comme une relation fonctionne, à partir des valeurs et de l'état d'esprit, et comprendre les différents types de relations qui sous-tendent la création d'une disharmonie relationnelle
- Animer différents tests afin que vos clients puissent repérer leur propre dynamique relationnelle
- Les orienter pour qu'ils puissent développer des dynamiques relationnelles saines

*Vous aurez validé des quizz de connaissances*

**Document délivré à la fin de la formation :** une attestation de formation à « Créer de nouvelles dynamiques relationnelles », informant de la validation ou non des compétences acquises.

### **Formation « Animer des séances de Sophrologie pour le Bien-Être Emotionnel", pour savoir :**

- Guider des exercices adaptés de sophrologie en bien-être émotionnel
- Accompagner le bénéficiaire en utilisant des exercices simples de sophrologie dans différentes situations émotionnelles : stress, changement, dépendance affective, professionnel ou personnel

*Vous aurez validé une conception de programme thématique*

**Document délivré à la fin de la formation :** une attestation de formation à la Sophrologie en Bien-être Emotionnel, informant de la validation ou non des compétences acquises.



Contactez-nous !

**Lorsque les 3 modules de formations seront validées, vous recevrez une attestation de compétences de Consultant-e en Bien-Être Emotionnel.**

### MODALITES D'INSCRIPTION

Pour s'inscrire à la formation, la procédure est la suivante, à réaliser **au minimum 1 mois avant le début de formation** :

- Renseignez-vous sur notre formation, à partir du site web, en nous contactant par téléphone et demandez-nous le dossier de motivation.
- Vous nous renvoyez le dossier de motivation complété, accompagné d'une lettre de motivation et d'une photocopie de vos diplômes, afin de valider les prérequis. Vous serez informé de l'acceptation de votre candidature par email.
- Une fiche d'inscription électronique vous sera alors adressée. Une fois que vous nous l'avez retournée, avec un chèque de 50 euros pour les frais d'inscription, par chèque ou par virement bancaire, votre place est réservée. Vous avez un délai de rétractation de 10 jours après la date d'envoi de votre fiche d'inscription.
- Nous établissons un contrat de formation, ou une convention de formation si votre parcours pédagogique est pris en charge par une entreprise, en 2 exemplaires, dont un sera à nous retourner signé avec un chèque d'acompte de 30% du montant total de la formation.

Le coût de la formation comprend l'animation des journées de formation, les manuels et les fiches techniques de formation, la supervision pédagogique individuelle et les mises en applications dirigées. Les horaires de formation débutent à 9h30 jusqu'à 18h30.

Accessibilité aux personnes à mobilité réduite : nous contacter pour définir les modalités.

### NOS « PLUS »

- Un petit nombre de participants (de 4 à 12)
- Un échéancier pour payer vos études
- L'inscription gratuite sur l'annuaire du centre de formation pour développer votre visibilité