

SE PERFECTIONNER DANS L'ACCOMPAGNEMENT DES SUJET HYPERSENSIBLES

FINALITÉ PROFESSIONNELLE : Valider les compétences techniques pour accompagner les sujets à haut potentiel sensible.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES En suivant cette formation, vous saurez :

- Comprendre les caractéristiques du haut potentiel sensible et le repérer chez l'enfant, l'adolescent et l'adulte
- Identifier les plaintes et recueillir les besoins sur les différents plans : corporel, émotionnel, affectif, relationnel, cognitif et existentiel
- Définir un objectif d'accompagnement et concevoir un programme d'accompagnement adapté à la personne hypersensible, à partir de techniques sophrologiques et de psychologie humaniste
- Mesurer son propre potentiel sensible pour être dans une posture professionnelle adaptée
- Identifier les acteurs autour de la haute sensibilité pour constituer un réseau

PUBLIC VISE : **Sophrologues**, en activité professionnelle ou en cours de formation, après avoir terminé l'acquisition des compétences de bases en sophrologie – **Médicaux et Paramédicaux**, médecins, infirmiers, psychologues, psychothérapeutes – **Praticiens de la relation d'aide** : travailleurs sociaux, coaches, hypnothérapeutes

PRÉ-REQUIS : Aucun

HORAIRE ET DURÉE : 32 heures – 4 jours – Délai d'accès à la formation de 1 mois
Horaires : De 9h30 à 18h30

NOMBRE DE PARTICIPANTS : 4 minimum – 7 maximum (7 en présentiel)

METHODES PEDAGOGIQUES : Apports théoriques et pratiques – Échanges entre les participants – Pratiques sophrologiques – CNV Communication non violente – Travail en groupe – Exercices d'application pratique – Etudes de cas – Tests

LIEU : Présentiel et téléformation synchrone

TARIF PARTICULIERS
750 euros

TARIF ENTREPRISE
850 euros incluant les frais de gestion administrative

FORMATRICE

- ☐ **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

DATES :

- **Session Mars 2023** : 4 et 5 + 18 et 19 mars 2023





PARCOURS PEDAGOGIQUE

- ✓ Comprendre les caractéristiques du haut potentiel sensible et le repérer chez l'enfant, l'adolescent et l'adulte
 - Les caractéristiques de la personnalité hautement sensible : le modèle DOES
 - Le travail d'Elaine Aron, l'apport des neurosciences
 - Fonctionnement cognitif et formes d'intelligences
 - HPS et microbiote - HPS et spiritualité - HPS, rythme et énergie
 - Entre caméléon et syndrome de l'imposteur : la construction identitaire
 - Tests pour adulte d'Elaine Aron, Test adapté à l'enfant de Elaine Aron, Test chercheur de sensations nouvelles - Introversion / extraversion : rappel notionnel et test
 - Mode de ressourcement et nature des interactions sociales des HPS
 - Les relations affectives, la relation au travail et à l'environnement
 - Les Etats du Moi, la matrice des scénarios, s'autoriser et s'autonomiser

- ✓ Identifier les plaintes et recueillir les besoins sur les différents plans : corporel, émotionnel, affectif, relationnel, cognitif et existentiel
 - Réflexion autour des besoins spécifiques et des plaintes exprimables - Comment prioriser la demande - Information de la personne accompagnée

- ✓ Définir un objectif d'accompagnement et concevoir un programme d'accompagnement adapté à la personne hypersensible, à partir de techniques sophrologiques et de psychologie humaniste
 - Choix des approches et des techniques - Gérer la charge mentale du HPS
 - Réguler les rythmes sociaux et booster son énergie
 - S'accueillir : le travail sur l'enfant intérieur - La boussole intérieure pour renforcer son autonomie
 - Les valeurs et le projet existentiel
 - Initier un questionnement existentiel : pratique de la question radicale
 - La pratique des sophro-contes dans l'identification du projet existentiel

- ✓ Mesurer son propre potentiel sensible pour être dans une posture professionnelle adaptée
 - Détecter sa propre sensibilité : impact de notre réalité objective dans les phénomènes de résonance et de projection
 - L'alliance : entre proximité et distance, comment construire le processus relationnel et manier la relation d'aide dans l'accompagnement des HPS, comment sécuriser et autonomiser la personne hautement sensible, le principe d'action positive
 - L'entretien spécifique
 - L'empathie corporelle et l'ancrage
 - Les phénodescriptions comme outils du dialogue intérieur et du rapport à soi : choix des matériaux et supports
 - Conduire la relation d'aide à l'appui des dialogues post-sophroniques

- ✓ Identifier les acteurs autour de la haute sensibilité pour constituer un réseau
 - Les différents acteurs
 - Comment constituer son propre réseau

METHODES D'EVALUATION

Pour évaluer les acquisitions de compétences professionnelles et valider ce parcours pédagogique, vous aurez à :

- Répondre à des quizz de connaissances
- Mener un entretien spécifique
- Réaliser une auto appréciation des connaissances et compétences acquises en interaction avec la formatrice

Document délivré à la fin du parcours pédagogique : une attestation de compétences « Se perfectionner dans l'accompagnement des sujets hypersensibles », informant de la validation ou non des compétences professionnelles acquises.



Pour avoir de plus amples renseignements, contactez-nous !

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** :

- Rendez-vous sur notre site Internet, sur l'onglet « Inscription – Référence FC », et envoyez-nous le formulaire de renseignements, 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, votre place est réservée. Vous avez un délai de rétraction 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 de la formation.

Le coût de la formation comprend l'animation des journées de formation, les manuels et fiches techniques de formation, la supervision pédagogique et la correction des différents travaux effectués en inter-session. 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 maximum de 7 participants en présentiel, pour vous assurer d'une exploration dynamique et personnalisé par rapport à votre situation professionnelle
- ✓ De nombreux exercices pratiques
- ✓ Une plateforme de communication collaborative pour un suivi post-formation