

## SOPHROLOGIE ET ADOLESCENTS

### INTERVENANT(S)

Sophie STEVENOT, Infirmière  
Valérie LOMBARD, Sophrologue

### DURÉE ET HORAIRES DE LA FORMATION

3 jours (de 8h30 à 12h30 – 14h à 18h), soit 24 heures

### PUBLIC VISÉ

Personnes intéressées pour travailler auprès adolescents.

### PRÉ REQUIS

Etudiants en sophrologie ayant validé les 14 premiers modules fondamentaux.

### OBJECTIFS

Spécialiser le sophrologue dans la consultation individuelle et dans les séances de groupe avec les adolescents. Lui apporter les outils qui lui permettront de répondre à leurs attentes.

### COMPÉTENCES VISEES

Apprendre aux futurs sophrologues les caractéristiques de l'adolescence et les moyens à utiliser pour permettre de travailler avec ce public.

### PROGRAMME

#### ACCUEIL ET PRESENTATION DU PROGRAMME

#### APPORTS THEORIQUES

- Généralités
- Les rythmes scolaires et le développement du cerveau
- Les apprentissages spécifiques
- Les stratégies de compensation
- La quête d'identité
- Les relations affectives et sexuelles

#### LA CRISE DE L'ADOLESCENCE

- Définition
- Les origines
- Les manifestations
- Les modèles de compréhension existants

L'ENTRETIEN CLINIQUE

- Les modalités
- Les thématiques rencontrées

L'ENTRETIEN PRE SOPHRONIQUE EN CONSULTATION INDIVIDUELLE

LES DEMANDES DES ADOLESCENTS

- Les problématiques
- Les apports de la sophrologie

SÉANCES DE GROUPE POUR ADOLESCENTS

- Particularités

EXERCICES

ÉTUDES DE CAS

- Evaluation orale sur conception et préparation de séances
- Correction

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Power point
- Exposés
- Cas pratique
- Jeux de rôle - Mise en situation
- Supports écrits envoyés par mail

MODALITÉS ÉVALUATION

- Evaluation écrite QCM
- Mutualisation des acquis du séminaire
- Evaluation du séminaire GOOGLE Form