



Ecole de
Sophrologie
Caycédienne
Annecy

Formation continue
en
Sophrologie Caycédienne®

**Intelligence émotionnelle
et Sophrologie**



Fiche descriptive de la formation

PRESENTATION

Notre corps et notre esprit sont insuffisants à rendre compte du sens de notre existence. En effet au-delà de ce que nous sentons ou de ce que nous nous représentons ou évoquons dans notre esprit ce qui donne le sens profond de notre existence c'est ce que nous éprouvons.

L'éprouvé s'intègre à la notion plus générale d'affectivité ; en effet l'affectivité, c'est notre capacité à éprouver et à travers cela à apprécier de façons diverses les événements de notre existence.

Ces 2 journées sont dédiées à l'intelligence émotionnelle et aux sentiments et émotions.

Les émotions font partie de l'affectivité et il est important de distinguer divers concepts associés à l'affectivité en les définissant plus précisément :

- qu'est-ce qu'une émotion ?
- qu'est-ce qu'un sentiment ?
- qu'est-ce qu'un sentiment Isocay ?

Les cinq composantes de l'intelligence émotionnelle :

- la conscience de soi
- la motivation
- la maîtrise de soi,
- l'empathie
- la maîtrise des relations humaines

La mise en évidence des structures de la Conscience que sentiments et émotions mettent en jeu (le corps, l'esprit, la conscience, l'âme phronique) et les techniques sophrologiques qui nous permettent de les entraîner nous aideront à clarifier ces distinctions.

Nous serons aussi attentifs au fait que les émotions, les sentiments peuvent être conscients ou pas. Ceci mettra en évidence la nécessité de l'attitude vivantielle, cette attitude non ordinaire de la Conscience, essentielle au phénomène et l'initiant en le rendant conscient.

Dans ce processus de conscientisation nous insisterons aussi sur la phénodescription et l'analyse de la vivance ; la phénodescription étant plutôt orientée vers la mise en évidence du perceptible et l'analyse de la vivance vers celle du non perceptible, celle du sens.

PUBLIC

Sophrologues diplômés ou en cours de formation dans le champ médical, paramédical, social, éducatif, sportif et de la prévention

OBJECTIF PRINCIPAL

Acquérir des compétences théoriques, méthodologiques et pratiques permettant le développement de l'intelligence émotionnelle à travers la pratique de Sophrologie Caycédienne

OBJECTIFS OPERATIONNELS

Les objectifs opérationnels sont organisés autour des 3 orientations suivantes :

• Approche théorique :

Son but est de définir le champ conceptuel de l'intelligence émotionnelle, des notions d'émotion et de sentiment à travers la compréhension de certains des fondamentaux de la Sophrologie Caycédienne et d'autres approches comme la phénoménologie.

• Apprentissage technique :

La formation comportera certaines pratiques mettant 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.

GRANDS AXES DU PROGRAMME

- Les cinq composantes de l'intelligence émotionnelle
- les 3 critères pour distinguer émotion, sentiment, sentiment Isocay
- Le rapport liant émotion, sentiment et sentiment Isocay aux niveaux et états de conscience.
- L'interaction entre émotions et sentiments orientant le principe de la gestion des émotions (entropie et négentropie).
- Les 2 formes du changement selon l'approche du collège de Palo Alto (Grégory Bateson)
- La logique de la gestion des émotions
- La notion de sentiments intentionnels (Max Sheller)
- Les principes de la Sophrologie Caycédienne, RDC 1 à RDC 12 pour installer la stabilité émotionnelle avec des sentiments intentionnels
- Le processus allant de l'émotion de l'Étant au sentiment de l'Être avec la phénodescription et l'analyse de la vivance
- Les 12 étapes de l'installation des sentiments intentionnels comme tampons émotionnels

METHODES PEDAGOGIQUES

Alternance de théorie et de pratiques. Nombreuses mises en situations. Des supports pédagogiques audio accompagnent chaque étape de l'apprentissage.

MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

Paper board - Enregistrements audio de pratiques.

SANCTION DE LA FORMATION

Attestation de formation.

EFFECTIFS

20 personnes maximum.

DUREE DE LA FORMATION

2 jours - 14 h de formation (7h/jour).

DATES DE LA FORMATION

14 et 15 juillet 2018.

COUT DE LA FORMATION

Personnes se finançant la formation : **230 €** (115 €/jour).

Personnes prises en charge dans le cadre de la formation continue **320 €** (160 €/jour).

Stagiaires de l'ESCA en cours de formation et en autofinancement : tarif préférentiel de **190€** (95€ / jour).

LIEU DE LA FORMATION

Ecole de Sophrologie Caycédienne d'Annecy – 5 Ter Avenue des Trois Fontaines, 74600 SEYNOD

FORMATEUR



Bernard BAREL, psychologue clinicien, DESS de Psychopathologie et clinique du quotidien, psychothérapeute. Sophrologue Caycédien, directeur pédagogique de l'Académie de Sophrologie Caycédienne de Paris.

Dès 1972, il enrichit sa pratique avec la sophrologie. À partir de 1978, il est formateur à l'Ecole de Sophrologie Caycédienne de Toulouse. Il crée l'Ecole de Sophrologie Caycédienne de Carcassonne en 1990 puis participe en 1995 à la mise en place d'une formation à la relation d'aide visant à renforcer la posture du sophrologue et à faciliter son installation sur des bases réalistes.

Humaniste, passionné, riche de plusieurs outils (analyse transactionnelle, PNL, hypnose ericksonienne, EMDR), il explique simplement les choses compliquées. La rigueur et l'humour forment la base de sa pédagogie.



Bulletin d'inscription

Formation continue : « Intelligence émotionnelle et sophrologie »

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 « **Intelligence émotionnelle et Sophrologie** »

- Date : 14 et 15 juillet 2018
- Lieu : Ecole de Sophrologie Caycédienne d'Annecy - 5 Ter Avenue des Trois Fontaines, 74600 SEYNOD

Je joins :

- le présent bulletin daté et signé
- pour les personnes se finançant la formation, un chèque d'arrhes de 50 € 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
5 Ter Avenue des Trois Fontaines
74600 Seynod

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'arrhes 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.

