Sophrologie & Psychosomatique

Non-certifiante | Formation continue

Réf. : 26200630F — Mise à jour : 3 mars 2026

Organisme responsable : **SOPHROLOGIE FORMATIONS**

Présentation de la formation

Objectifs

- Comprendre le fonctionnement de la psychosomatique e et comment la sophrologie peut aider à mieux accompagner les patients au quotidien
- Transmettre des techniques ajustées aux personnes atteintes de pathologie psychosomatique et adapter la méthode sophrologique sur mesure (protocoliser)

Programme

- La psychosomatique : définition, fonctionnement, symptômes différents, facteurs de risque et de déclenchement
- Identification des profils types, anamnèse, découverte de l'univers et des techniques adaptées à la pathologie psychosomatique
- La prise en charge globale de la pathologie psychosomatique : la sophrologie en complémentarité avec les autres thérapies, approche pluridisciplinaire, santé intégrative, ETP, CPTS, etc.
- L'utilisation de la sophrologie pour apprendre à mieux gérer les symptômes de cette maladie et les crises répétitives
- Alternance de présentations théoriques, d'exemples concrets et d'exercices pratiques
- Approche personnalisée et interactive pour une expérience de formation riche et efficace
- Séances adaptées à la pathologie, suivi du patient

Certifications préparées et métiers visés

Niveau d'entrée	Niveau de sortie
Aucun prérequis	**Sans niveau spécifique**

Métiers associés

K1103 — Développement personnel et bien-être de la personne

Dates et lieux de formation

N° session	Modalité	Lieu	Du	Au
2226990S	À distance	—	01/01/2026	31/12/2026

Source : GREF Bretagne #26200630F