Sophrologie & émotions

Non-certifiante | Formation continue

Réf. : 26200671F — Mise à jour : 3 mars 2026

Organisme responsable : **SOPHROLOGIE FORMATIONS**

Présentation de la formation

Objectifs

- Décrire les principaux processus émotionnels utiles à la pratique professionnelle
- Repérer les signaux corporels et expressifs d’activation émotionnelle en séance
- Adapter son accompagnement dans le respect du cadre, de la temporalité et de la phénodescription
- Différencier ce qui relève de l’accompagnement sophrologique et ce qui relève d’une autre orientation professionnelle
- Structurer une réponse professionnelle cohérente en cas de charge émotionnelle élevée

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
2227204S	À distance	—	01/01/2026	31/12/2026

Source : GREF Bretagne #26200671F