

Programme de l'accompagnement

Sophrologues : Développer et pérenniser son activité

La sophrologie est une approche merveilleuse, un cheminement qui nous permet d'accompagner nos clients vers l'épanouissement et la sérénité. En tant que praticiens, nous savons que le développement de notre activité peut parfois présenter des défis, à la fois professionnels et personnels.

Pour exercer ce métier, il est nécessaire de se rendre visible pour nos futurs clients, et leur permettre de faire le lien entre leurs objectifs/problèmes et la sophrologie. Le chemin est parfois semé d'embûches comme par exemple des choix peu judicieux en communication, la procrastination... Cet accompagnement vous permet d'être soutenu(e) et accompagné(e) personnellement par des sophrologues expérimentées dont une spécialiste de la communication dans ce parcours. L'accompagnement "Sophrologues : développer et pérenniser son activité" a été créé pour que le développement de votre activité de sophrologue se déroule avec plus de facilité et dans l'alignement avec vos aspirations : poser les bases de l'alliance avant de recevoir nos clients grâce à une communication alignée, se libérer des freins qui empêchent un développement serein, élargir vos champs d'action et acquérir des compétences professionnelles de "terrain"...

Public concerné et prérequis :

Sophrologues certifiés ou en cours de certification

Objectifs :

- Construire et déployer une stratégie de communication alignée pour développer son activité de sophrologue
- Comprendre et dépasser les freins qui empêchent le développement de l'activité
- Acquérir des compétences pour mieux répondre aux demandes des clients
- Élargir vos modalités d'interventions pour diversifier votre activité et vous assurer un revenu stable : l'activité : ateliers, interventions en entreprise, programme en ligne...

Date, durée et lieu de la formation :

Dates : Du 30 mai 2024 au 30 mai 2025

Durée : 90 heures

Lieu : en distanciel e-learning et visioconférence

Qualification des intervenants :

Emmanuelle Briand, sophrologue, formatrice

Emmanuelle Le Bris, sophrologue, formatrice

Moyens pédagogiques et techniques :

Alternance entre :

- Sessions de formation en e-learning (asynchrone)
- Sessions de formation interactive en visioconférence

Programme de l'accompagnement

Sophrologues : Développer et pérenniser son activité

- Session collective d'étude de cas et d'analyse de pratique en visioconférence
- Sessions individuelles en visioconférence

Intégralité des cours et supports pédagogiques disponibles en consultation et téléchargement

Introduction : Les bases – 5h

- Session d'accueil et de présentation
- Les défis sophrologue 2019 et 2023
- Atelier "Comprendre et accompagner les différentes formes de stress"

MODULE 1 : Se faire connaître et reconnaître avec une communication alignée et efficace– 20h

Objectif : Lors de ce module, le stagiaire construira avec Emmanuelle Briand la communication lui permettant de développer son activité de sophrologue de l'individuel au collectif grâce

Les clés d'une communication efficace pour un(e) sophrologue

- Identifier les premiers freins au développement
- Générer des rendez-vous grâce à un site internet optimisé
- Optimiser son référencement
- Supports imprimés : bonne ou mauvaise idée ?
- Se reposer sur un réseau professionnel de qualité
- Gagner du temps et de l'efficacité avec l'intelligence artificielle (site internet, blog, réseaux sociaux...)
- Les intérêts et les clés des différents réseaux sociaux en fonction du type d'activité
- Aller encore plus loin : chaîne youtube, podcast...

MODULE 2 : Dépasser ses blocages et se libérer de ses freins pour se déployer – 11h

Objectif : À l'issue de ce module, le stagiaire aura identifié ses difficultés et ses freins et sera accompagné par Emmanuelle le Bris pour les dépasser

- Sortir du syndrome de l'imposteur
- Se libérer de ses freins
- Créer, générer ou procrastiner : que choisir ?
- La posture de sophrologue
- Créer l'alliance avec son client

MODULE 3 : Déployer son activité au-delà du cabinet : Entreprises, association, activité en ligne.... – 14h

Objectif : À l'issue de ce module, le stagiaire sera de diversifier son activité pour stabiliser son revenu et enrichir sa pratique

- Comprendre les enjeux de la qualité de vie au travail
- Construire et animer des ateliers à thème
- Créer des formations

Programme de l'accompagnement

Sophrologues : Développer et pérenniser son activité

- Vendre ses formations et ateliers
- Développer son activité en ligne
- Créer une association

MODULE 4 : Développer ses compétences professionnelles – 18h

Objectif : Ces ateliers permettent de développer des compétences spécifiques à certains publics ou problématiques

Sophrologie et Stress

- La sophrologie adaptée aux enfants
- Sophrologie et Sommeil
- La sophrologie en collectif
- Sophrologie et personnes âgées
- Sophrologie et Neurosciences

MODULE 5 : Supervision : Soutien de la pratique professionnelle – 24h

Objectif : A raison d'une séance de supervision par mois l'apprenant sera en mesure d'analyser et d'enrichir ses pratiques à partir d'échanges entre pairs et avec les formatrices.

- Partage de cas pratiques
- Approfondissement des connaissances en rapport avec les expériences rapportées
- Mise en place de techniques nouvelles
- Réflexion collective autour de mises en situation

MODULE 6 : Accompagnement individuel – 4h

Objectif : Un rendez-vous individuel par trimestre pour mettre en application les compétences acquises lors de la formation

- Accompagnement pédagogique personnalisé

Programme de l'accompagnement

Sophrologues : Développer et pérenniser son activité

Planning de l'accompagnement

Introduction : Les bases de la mise en place			
Réunion d'accueil -petit dej de début de formation	30/05/2024 09h à 10h30	1h30	Synchrone
Défi sophrologue 2019	En ligne 30/05/2024	2h	Asynchrone
Défi sophrologue 2023	En ligne 30/05/2024	2h	Asynchrone
Comprendre et accompagner les différentes formes de stress	En ligne 30/05/2024	3h	Asynchrone

Module 1 : Poser les bases d'une communication efficace et développer son réseau - 20h			
Les bases de la communication	07/06/2024 9h à 11h	2h	Synchrone
Créer un site internet optimisé	20/06/2024 9h à 11h	2h	Synchrone
Créer un site internet sur wix	En ligne 20/06/2024	2h	Asynchrone
Optimiser son référencement	En ligne 05/06/2024	2h	Asynchrone
Identifier les premiers freins au développement	12/07/2024 9h à 11h	2h	Synchrone
Créer des supports de communication imprimés	En ligne 12/07/2024	1h	Asynchrone
Créer et optimiser sa fiche Googlemybusiness	En ligne 18/07/2024	2h	Asynchrone
Développer son réseau	En ligne 25/07/2024	2h	Asynchrone
Communiquer sur les réseaux sociaux : <ul style="list-style-type: none"> ● Atelier LinkedIn ● Atelier Facebook : créer une page et utiliser les différents paramètres ● Atelier Instagram ● Atelier Youtube 	En ligne 30/08/2024 9h à 10h30 02/08/2024 08/08/2024 16/08/2024	1h30 0h30 1h45 1h30	Synchrone Asynchrone Asynchrone Asynchrone

Programme de l'accompagnement

Sophrologues : Développer et pérenniser son activité

Module 2 : Identifier et libérer les principaux freins au développement – 11h			
Sortir du syndrome de l'imposteur	12/09/2024 9h à 12h	3h	Synchrone
Créer, générer ou procrastiner, que choisir ?	En ligne 26/09/2024	1h45	Asynchrone
Se libérer de ses freins	10/10/2024s 9h à 12h	3h	Synchrone
La posture de sophrologue	En ligne 24/10/2024	2h	Asynchrone
Créer l'alliance avec son client	En ligne 07/11/2024	1h30	Asynchrone

Module 3 : Diversifier ses modalités d'intervention – 14h			
Comprendre les enjeux de la qualité de vie au travail	En ligne 21/11/2024	0h30	Asynchrone
Structurer un atelier au besoin de l'entreprise	02/12/2024 9h à 12h	3h	Synchrone
Créer et structurer une formation	18/12/2024 9h à 12h	3h	Synchrone
Créer et vendre ses atelier et formations	09/01/2025 9h à 11h	2h	Synchrone
Développer son activité en ligne	En ligne 23/01/2025	4h	Asynchrone
Créer une association pour toucher un plus large public	En ligne 06/02/2025	1h45	Asynchrone

Module 4 : Développer ses compétences professionnelles – 18h			
Sophrologie et stress	En ligne 30/05/2024	3h	Asynchrone
La sophrologie adaptée aux enfants	28/02/2025 9h à 12h	3h	Synchrone
Sophrologie et Sommeil	14/03/2025 9h à 12h	3h	Synchrone
La sophrologie en collectif	03/04/2025 9h à 12h	3h	Synchrone
Sophrologie et personnes âgées	25/04/2025 9h à 12h	3h	Synchrone
Sophrologie et neurosciences	23/05/2025 9h à 12h	3h	Synchrone

Programme de l'accompagnement

Sophrologues : Développer et pérenniser son activité

Module 5 : Analyse des pratiques professionnelles – 24h			
Analyse des pratiques professionnelles	10/06/2024 9h00 à 11h00	2h	Synchrone
Analyse des pratiques professionnelles	11/07/2024 9h00 à 11h00	2h	Synchrone
Analyse des pratiques professionnelles	12/08/2024 9h00 à 11h00	2h	Synchrone
Analyse des pratiques professionnelles	19/09/2024 9h00 à 11h00	2h	Synchrone
Analyse des pratiques professionnelles	14/10/2024 9h00 à 11h00	2h	Synchrone
Analyse des pratiques professionnelles	15/11/2024 9h00 à 11h00	2h	Synchrone
Analyse des pratiques professionnelles	16/12/2024 9h00 à 11h00	2h	Synchrone
Analyse des pratiques professionnelles	10/01/2025 9h00 à 11h00	2h	Synchrone
Analyse des pratiques professionnelles	10/02/2025 9h00 à 11h00	2h	Synchrone
Analyse des pratiques professionnelles	07/03/2025 9h00 à 11h00	2h	Synchrone
Analyse des pratiques professionnelles	07/04/2025 9h00 à 11h00	2h	Synchrone
Analyse des pratiques professionnelles	16/05/2025 9h00 à 11h00	2h	Synchrone

Module 7 : Accompagnement pédagogique personnalisé – 4h			
Accompagnement pédagogique personnalisé	Contactez vos formateurs par e-mail pour un rendez-vous personnalisé	4x 1h	Synchrone