



Surcharge de travail, fatigue, stress, troubles musculo-squelettiques... le monde du travail offre de nombreux motifs d'intervention pour les sophrologues.

Cette formation vous permettra de comprendre **comment intervenir auprès des salariés aussi bien en individuel qu'en entreprise.**

A l'issue de celle-ci, vous serez à même de construire vos propres parcours d'intervention à l'aide de nouvelles techniques spécifiques et des outils classiques de la sophrologie adaptés au cadre et aux contraintes du monde du travail.

Programme

JOUR 1

- Le cadre légal : risques psycho-sociaux, santé et bien-être au travail
- Comprendre le positionnement des entreprises sur ces questions
- Connaître les causes et les manifestations des troubles liés au travail

JOUR 2

- Les principales indications de la sophrologie dans le cadre du travail
- Les formats les mieux adaptés à l'entreprise
- Techniques classiques et pratiques spécifiques
- Elaborer un programme, un protocole adapté

JOUR 3

- Méthode et conseils pour démarcher une entreprise
- Préparer son rendez-vous, sa documentation et son discours
- Convaincre, vendre et suivre
- Evaluation de fin de formation



OBJECTIFS

COMPRENDRE les enjeux du stress au travail.

SAVOIR PRESENTER l'intérêt de l'utilisation de la sophrologie dans le cadre du travail.

STRUCTURER un programme.

DEVELOPPER une démarche commerciale à l'égard des entreprises.

PRÉ-REQUIS POUR CE PERFECTIONNEMENT

Certificat de formation en Sophrologie

PUBLIC

Voir page 10

FORMATRICE

Laurence Roux-Fouillet

Une **ATTESTATION DE FORMATION** vous sera délivrée à la fin du stage.