



INSTITUT de
FORMATION des
SOPHROLOGUES
PROFESSIONNELS

SOPHROLOGIE & ENFANTS

ADAPTER ET UTILISER LA SOPHROLOGIE POUR ACCOMPAGNER
LES ENFANTS
3 JOURS

PROGRAMME DÉTAILLÉ

Document référence MS 08 Enfants - 3J Programme Détaillé V02-2026, Maj le 25/07/2025

Siège Social : IFSP 5 av. Pierre Louve - 38080 L'Isle D'Abeau
Tél. : 06 25 45 92 85 / Mail : contact@ifsp-lyon.fr

SAS au capital de 5 000 € - SIRET : 818 337 339 00027, RCS de Vienne – Code APE : 8559A

WWW.IFSP-LYON.FR

Organisme de formation enregistré auprès de la DREETS sous le n° 84 38 06279 38



Le contexte de votre formation

L'IFSP : Organisme de formation spécialisé dans la formation au métier de Sophrologue depuis 2016.

Enregistré sous le numéro 84 38 06279 38 auprès de la **DREETS** Auvergne Rhône Alpes. Ce numéro ne vaut pas agrément d'état.

Le lieu : Le WoodClub - 97 allée Alexandre Borodine - Parc Technologique - 69800 Saint Priest



La qualité : Titulaire du certificat Qualiopi N° : 2101275.1 depuis le 08/09/2021 au titre de la catégorie « Actions de formation »

Audit de renouvellement Qualiopi réalisé et validé le 16/07/2024

La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante :
- Actions de formation



La déontologie : Membre du Syndicat des Sophrologues Indépendants et du réseau national de Sophrologues Professionnels « La parenthèse ». Nous travaillons dans le respect du code de déontologie du SSI, code que nous transmettons à nos stagiaires.



Votre formation

Public et objectifs :

La formation s'adresse à des sophrologues en cours de formation ou exerçant déjà en cabinet ou en institution.

Accompagner les enfants en sophrologie nécessite des adaptations particulières de la méthode. Pour être pertinentes, ces adaptations doivent reposer sur une connaissance approfondie des spécificités des enfants.

En fin de formation vous serez en mesure de :

- ✓ Comprendre le développement des enfants pour adapter sa posture ainsi que les particularités de l'accompagnement des personnes mineures
- ✓ Adapter la méthode sophrologique aux enfants en développant sa créativité et son adaptabilité
- ✓ Savoir créer et animer des ateliers de groupes d'enfants
- ✓ Accompagner les problématiques autour de l'école (préparation aux examens, apprentissages, public DYS et TDAH, devoirs, attention, concentration)

Tarifs : Financement convention : 420,00 € TTC soit 140 € TTC par journée de formation
Tarif remisé en cas d'**autofinancement : 360,00 € TTC**

Durée et Horaires :

- ✓ 24 heures, soit 3 jours en présentiel, consécutifs (vendredi - samedi - dimanche)
- ✓ Horaires : 9h00 / 13h00 - 14h00 / 18h00

Dates : rendez-vous sur notre catalogue en ligne pour connaître les prochaines sessions et vous inscrire en cliquant ici : <https://ifsp.hop3team.com>

 **Formateurs experts :** Nos formateurs ont plus de 10 ans d'expérience aussi bien dans l'exercice du métier avec des publics et dans des domaines différents (cabinet, entreprise, milieu hospitalier, ...) que dans la formation.

Accès à la formation :

- ✓ Niveau de connaissances préalables requis : Connaissance des fondamentaux de la sophrologie
- ✓ Délai d'accès à la formation : 1 mois s'il s'agit d'une demande de financement par un tiers payeur, 1 semaine s'il s'agit d'une demande d'inscription personnelle
- ✓ Accessibilité aux personnes porteuses d'un handicap : le lieu de formation satisfait la norme ERP.

 **Nature et Sanction de la formation :** Conformément aux dispositions de l'article L.6313-1 du Code du Travail, l'action de formation professionnelle s'inscrit dans la typologie des actions de formation professionnelle définie à l'article L.6313-1 du code du Travail : « actions d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances ». Elle est sanctionnée par une attestation de formation après validation des connaissances par QCM

 **Gestion administrative :**

- ✓ **Contractualisation :** Convention de formation avec signature électronique certifiée
- ✓ **Suivi des présences :** émargements électroniques certifiés. Un émargement par 1/2 journée



Programme détaillé

|  Contenus | |  Compétences | |
|--|---|--|--|
| Jour | Savoirs | Détail des compétences | |
| 1 | <ul style="list-style-type: none"> ✓ Les grandes étapes du développement de l'enfant de la naissance à la majorité ✓ Les particularités de l'accompagnement d'enfant du point de vue du cadre <ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une anamnèse spécifique • Clarifier l'objectif • Le déroulement (rythme, fréquence, entraînement) • Les spécificités : comportements des enfants en séances ✓ Les particularités de l'accompagnement de l'enfant du point de vue de la pratique | <ul style="list-style-type: none"> ✓ Savoir adapter les techniques à l'âge et au développement de l'enfant ✓ Savoir distinguer la demande du parent de la demande de l'enfant et le clarifier auprès d'eux sous forme d'objectif ✓ Favoriser l'alliance sophronique avec l'enfant ✓ Adapter les sophronisations ✓ Adapter les exercices de respiration ✓ Adapter les Relaxations Dynamiques | |
| 2 | <ul style="list-style-type: none"> ✓ Les bases pour accompagner un groupe d'enfants ✓ Les sophro-contes | <ul style="list-style-type: none"> ✓ Créer des ateliers de groupes d'enfants (cadre, rythme, progression et contenus, techniques d'inclusion et d'animation de groupe, debrief) ✓ Comprendre, créer et animer des séances autour du sophro-conte. | |
| 3 | <ul style="list-style-type: none"> ✓ Les difficultés liées à la scolarité <ul style="list-style-type: none"> • Apprentissages • Concentration et attention • Autres : phobie scolaire, harcèlement, préparation aux examens... ✓ les profils "neuro atypiques" (TDA/H - DYS, HPI, HPE, TSA,...) : leurs forces et leurs difficultés | <ul style="list-style-type: none"> ✓ Créer des accompagnements de gestion du stress en lien avec les difficultés scolaires ✓ Découvrir des techniques complémentaires à la sophrologie (carte mentale, braingym, mandala, cohérence cardiaque...) ✓ Savoir utiliser les outils sophrologiques pour accompagner les profils neuro-atypiques. ✓ Comprendre le rôle des autres professionnels dans la prise en charge de ces profils. | |



Moyens humains et pédagogiques

Vos formateurs



Angélique Moreau

Sophrologue depuis 2019, diplômée de l'IFSP - Exerce en cabinet, au contact quotidien des réalités du métier de sophrologue

Directrice associée de l'IFSP - Responsable handicap

Consultante formatrice en entreprise

Praticienne en psychologie positive et Instructrice Mindfulness

Angélique vous accompagne dans les domaines suivants : Sophrologie degrés 1 à 3, Aspects juridiques et administratifs d'un cabinet de sophrologue, Sophrologie et Nature, Sophrologie et entreprise, Sophrologie et Enfants, Sophrologie et Emotions, Sommeil, Stress.



Patrice Iacovella

Sophrologue depuis 2010, diplômé de l'Ecole de Sophrologie de Chambéry - Exerce en cabinet, au contact quotidien des réalités du métier de sophrologue

Créateur des EMOTICARTES®

Praticien en PNL, Brain Gym. Formé à l'hypnose Ericksonienne et à l'hypnose pour enfants

Patrice a la particularité de ne travailler qu'avec les enfants, adolescents et étudiants et ce depuis le début de sa carrière de sophrologue. Son expérience est immense !

Moyens et méthodes pédagogiques :

✓ Moyens pédagogiques et techniques :

- Salle de formation équipée de tables, chaises, d'un espace de pratiques et d'un coin repas et pauses. WIFI.
- Salle respectueuse des normes Handicap
- Vidéoprojection de supports powerpoint, vidéos, ...
- Alternance de cours théoriques et d'entraînements pratiques - Méthodes pédagogiques variées, interactives, favorisant la participation, l'expérimentation et l'engagement - Exercices d'application professionnelle, études de cas concrets, jeux de rôles.
- Espace extranet stagiaire

✓ Supports de formation fournis :

- Notes de synthèses au format PDF
- Fiches exercices au format PDF
- Une version adaptée au public porteur de troubles DYS peut être fournie sur demande
- Fichiers audio des pratiques, MP3 ou MP4

✓ Evaluations des connaissances acquises : QCM

✓ En fin de formation : remise d'une attestation de formation



Nous contacter



contact@ifsp-lyon.fr



Claudine Jassey - 06 25 45 92 85