

STAGE N°

44

Durée :
1 jour

Coût du stage :
1 300 €

Public concerné :
tous professionnels
d'établissements
médico-sociaux

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Partages interactifs pour affiner les propositions
- Utilisation de supports divers : musique, dessins, contes...

PRÉ-REQUIS

Aucun prérequis n'est exigé en termes de formation ou de qualification, le dispositif est prévu pour être adapté à chaque situation professionnelle et contexte institutionnel.

INTÉGRER LA SOPHROLOGIE AUPRÈS DES USAGERS DANS LES PRATIQUES INSTITUTIONNELLES

OBJECTIFS

- Connaître les bienfaits de la sophrologie auprès des enfants en difficulté
- Découvrir et s'approprier des exercices de sophrologie adaptés aux enfants et intégrables au sein du quotidien institutionnel
- Réfléchir sur la façon d'adapter ces exercices en fonction des contraintes institutionnelles

CONTENU

- Etude du schéma corporel et de la cognition à travers le développement psychomoteur
- Bénéfice de la sophrologie au quotidien auprès des enfants en difficulté
- Manifestation du stress chez l'enfant en difficulté : apprendre à le repérer
- Les objectifs de la sophrologie auprès des enfants en difficulté :
 - prendre conscience de son corps pour mieux se l'approprier
 - mieux respirer pour mieux être
 - les cinq sens pour appréhender le monde
- Expérimentation de techniques simples afin de pouvoir les utiliser sur le terrain
- Comment adapter la sophrologie aux handicaps de l'enfant et de l'adolescent
- Savoir animer avec un langage adapté pour susciter l'intérêt de l'enfant
- L'utilisation de supports divers : musiques, dessins, contes...
- Insérer la sophrologie au sein de l'institution : apprendre à l'intégrer lors des temps de transition (début et fin de journée, après les repas et les récréations...).