Samedi
Accompagner par la co-régulation les personnes avec leurs fragilités dans le 3ème degré de la sophrologie

COURS 3 (2ème partie)

« Comment utiliser notre passé comme socle »

- **L'unité corps-esprit**
- **Comprendre la mémoire pour comprendre la prétérisation**
- **Se souvenir du passé? pas toujours facile**
- **Pourquoi la capcaité de prétérisation est importante**
- **Points de vigilance avec les techniques de prétérisation**
- **Stratégies d'adaptation du sophrologue face aux difficultés de prétérisation**
- **Se souvenir du passé positivement? pas toujours facile...**
- **La conscience enveloppante, le territoire intime et la valeur d'individualité**
- **S'exercer ensemble à donner des pratiques adaptées liées à la RDC3 et aux techniques associées.**
- **Echanges sur les cas cliniques rencontrés en cabinet.**

Dimanche
Accompagner par la co-régulation les personnes avec leurs fragilités dans le 4ème degré de la sophrologie

COURS 4

« Les valeurs comme programme de base »

- Qu'est-ce qu'on cherche à activer dans les pratiques du 4ème degré
- Le monde en moi
- L'hypersensibilité: des frontières floues avec le monde
- Capacité de reflexivité et valeurs
- Les valeurs en sophrologie, c'est quoi?
- Lever ou améliorer les blocages des personnes avec des fragilités dans leur structure de personnalité
- L'intégration dynamique de l'être
- L'unité tridimentionnelle, notre continuité existentielle
- La marche du nouveau regard
- S'exercer ensemble à donner des pratiques adaptées liées à la RDC4 et aux techniques associées
- Conclusion du module.