



Sophrologie, EEG (Eléctroencéphalogramme) et modulation cérébrale : Dévoiler les mystères du cerveau grâce au Neurofeedback

Découvrez une opportunité unique d'enrichir votre pratique sophrologique en explorant le Neurofeedback. Cette formation vous invite à plonger au cœur de l'interaction entre le corps et le cerveau, offrant des outils concrets pour accompagner vos clients vers une meilleure régulation mentale et émotionnelle. Explorez les mécanismes du Neurofeedback pour comprendre comment la modulation cérébrale peut être étroitement liée à la posture physique, permettant ainsi une approche holistique et personnalisée de l'accompagnement. Rejoignez-nous pour acquérir de nouvelles compétences et offrir à vos clients des solutions novatrices pour un mieux-être global.

Public :

Stagiaire en sophrologie de l'une des écoles de la Fédération des Écoles Professionnelles en Sophrologie (FEPS) ayant terminé la formation de base (cycle fondamental) ; sophrologue ayant une expérience de 4 degrés de la relaxation dynamique du Pr Caycedo.

Objectifs :

- Comprendre les fondements théoriques du Neurofeedback et son application dans le contexte de l'accompagnement.
- Identifier les schémas d'ondes cérébrales associés à différents états mentaux et émotionnels, et apprendre à les interpréter pour personnaliser l'accompagnement
- Approfondir la compréhension des troubles courants tels que l'anxiété, les troubles de l'attention, les traumatismes, ou encore les troubles du sommeil, en étudiant leurs signatures cérébrales spécifiques et les schémas d'ondes associés.
- Explorer les interactions entre la posture physique, la respiration et l'activité cérébrale pour développer une approche holistique et intégrative dans la pratique sophrologique.

Programme :

Matin

- Accueil des participants et présentation du programme de la journée
- Objectifs du stage et attentes des participants
- Fondements théoriques : cerveau, EEG et fréquences cérébrales
- Les schémas d'ondes cérébrales et leur répartition. Organisation équilibrée vs troubles
- Expérimentation pratique : Neurofeedback et Sophrologie

Après-midi

- Troubles de l'attention : approches cliniques
- Gestion de l'anxiété, identifier anxiété physiologique ou émotionnelle
- AVC et rééducation, stratégie et étude clinique

Ce contenu est donné à titre indicatif et modifié en fonction de l'intérêt, du niveau et des demandes du groupe en présence.

Méthode et moyens

- Formation interactive et pratique sous forme de réflexions et d'expérimentation personnelle.
- Approche à la fois pédagogique et pratique.
- Exercices pratiques, avec mises en situation.
- Support de cours sous format numérique.

Durée du stage / Informations Pratiques :

- 1 jour en présentiel, 7 heures à Paris.

Intervenante :

Pascal LE LAY, sophrologue, sexologue et neurothérapeute, intervenant chez France Alzheimer, installé en cabinet libéral.

Société à Responsabilité Limitée - Capital : 9000,00 Euros

Siège social : 155 rue du faubourg Saint-Denis 75010 PARIS - Téléphone : 07-89-59-56-61

SIRET N° 508 062 270 00048 - Enregistrée sous le N° de déclaration d'activité : 11754425075,

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état (art. L.6352-12 du code du travail) - APE 8559A

contact@sophrologie-ceas.org