



## RELAXATION NON VERBALE

### Programme de formation 2021

#### Durée de la formation :

La formation se déroule sur 9 jours, soit 72 heures de présentiel au total, répartis en 3 modules de 3 jours, soit 24 heures de présentiel à chaque module.

#### Dates :

- ✓ Niveau 1 (initiation) : 1/2/3 février 2021
- ✓ Niveau 2a (perfectionnement) : 29/30/31 mars 2021
- ✓ Niveau 2b (perfectionnement) : 7/8/9 juin 2021

**Lieu :** 127 boulevard de la Liberté - 59000 Lille

#### Public :

Le domaine d'application de la Relaxation Non Verbale est celui du bien-être, de la connaissance de soi, de la prévention de la santé et de l'accompagnement de la personne.

La Relaxation Non Verbale s'adresse aux professionnels du soin, du bien-être, de la relation d'aide, du paramédical, du social, de l'éducation, de la rééducation, du sport et du spectacle.

**Nombre de places disponibles :** 10

#### Animateur :

Stéphane Giraudeau

- ✓ Sophrologue diplômé de l'Institut de Sophrologie de Rennes.
- ✓ Certifié en RNV par Bernard Santerre.
- ✓ Pratique la RNV depuis 2006
- ✓ Assistant formateur en RNV auprès de Jean-Marie Roquet
- ✓ Adhérent de l'Association des Praticiens en Relaxation Non Verbale.
- ✓ Co-directeur et formateur à l'Institut de Sophrologie Humaniste

127, Boulevard de la Liberté  
59000 LILLE  
sophrolille@gmail.com

## Objectifs :

L'objectif de la formation est professionnel (certifiant). La formation apporte de nouvelles connaissances permettant d'améliorer les compétences des bénéficiaires dans le cadre de leur métier. Elle vise à une évolution des savoirs et des savoir-faire des bénéficiaires, à partir de leurs connaissances, qualifications et besoins.

A l'issue de la formation niveau 1 et 2, le participant est capable :

- ✓ De pratiquer une séance courte (30 mn) ainsi qu'une séance complète (60 mn)
- ✓ D'accueillir, d'évaluer et de répondre ou non à la demande du client.
- ✓ D'évaluer la fréquence des séances à donner.
- ✓ D'adapter la séance en fonction des circonstances (temps, lieu, espace, pathologie...).
- ✓ D'accueillir le vécu du client en fin de séance.
- ✓ D'animer une présentation, une démonstration ou un stage.

## Pédagogie :

La Relaxation Non Verbale est une technique corporelle manuelle. Le temps de formation est essentiellement consacré à la pratique.

La pratique : 48 h

Les participants pratiquent par atelier de 2 et sont à tour de rôle donneur et receveur.

Les participants reçoivent 12 séances et exécutent 12 séances durant la formation.

La théorie : 15 h

- ✓ Origine, historique et cadre de la méthode
- ✓ Domaines d'applications - Indications et contre-indications - Le relationnel
- ✓ Pratique en individuel, en groupe, animation de stage
- ✓ Déontologie, aspect financiers et règlementaires, publicité

La pratique personnelle du participant

Chaque module de la formation est espacé d'un minimum de trois semaines. Ce temps permet au participant de s'entraîner et d'intégrer progressivement la méthode. Il peut s'aider du support de cours et du DVD de la méthode qui lui sont donnés.

## Programme :

### Module 1 : Initiation (3 jours)

- ✓ Accueil
- ✓ Présentation du formateur et tour de table des participants
- ✓ Démonstration de la séance courte
- ✓ Atelier pratique : apprentissage des 10 gestes de la séance courte
- ✓ Théorie/échanges : historique, cadre, le matériel, le local, les domaines d'applications
- ✓ Pratique de 4 séances (4 comme donneur + 4 comme receveur)
- ✓ Bilan du stage + consignes d'entraînement

### Module 2A : Révisions / Perfectionnement (3 jours)

- ✓ Accueil, échanges sur la pratique personnelle des participants entre les deux modules.
- ✓ Révision de la petite séance
- ✓ Atelier : Apprentissage des 17 derniers gestes, amélioration des postures et des gestes
- ✓ Théorie/échanges : indications / contre indications, fréquence et adaptation de la méthode, l'écoute, la déontologie du praticien
- ✓ Pratique de 4 séances : (4 comme donneur + 4 comme receveur)
- ✓ Bilan du stage + consignes d'entraînement

### Module 2 B : Révisions / Perfectionnement (3 jours)

- ✓ Accueil, échanges sur la pratique des participants entre les deux derniers modules
- ✓ Atelier : affinage des gestes, le soucis du détail, la présence
- ✓ Théorie/échanges : rappel de la théorie des 2 modules précédents, la publicité, la communication, les tarifs, les assurances
- ✓ Pratique de 4 séances : (4 comme donneur + 4 comme receveur)
- ✓ Bilan de la formation et remise du certificat de Praticien en Relaxation Non Verbale

## Moyens pédagogiques, techniques et encadrement :

- ✓ Equipement : Tapis de sol, couvertures, coussins, tableau.
- ✓ Support pédagogique : support de cours (écrit + photos + DVD de la méthode complète)
- ✓ Pratique de séance avec échange de vécu en tant que donneur ou receveur
- ✓ Analyse en commun de l'expérience qui vient d'être faite

## Méthode d'évaluation des acquis :

Les acquis sont validés sous forme de contrôle continu. Les participants sont corrigés continuellement durant la formation. Après chaque pratique d'une séance, une analyse de l'expérience est faite en commun. Les participants sont évalués sur l'aspect technique mais également relationnel.

Un certificat d'aptitude est délivré si le participant est jugé apte à donner une séance de qualité. Toutefois, si le participant n'est pas encore prêt, un certificat de présence lui est délivré, il pourra retravailler personnellement, participer à des journées de révisions et repasser une validation plus tard.