

STAGE SEQUOIA-MDE®

MÉTHODE DE DÉSACTIVATION ÉMOTIONNELLE



PUBLIC VISÉ : *psychologues, psychiatres, psychothérapeutes, praticiens en relation d'aide, et praticiens en hypnose*

OBJECTIFS

- Apprivoiser le ressenti corporel, pilier de l'accompagnement
- Découvrir la Méthode SEQUOIA-MDE®
- Accompagner les états de détresse émotionnelle modérée à extrême*
- Utiliser l'ensemble des canaux sensoriels
- Connaître les précautions de la méthode (respect et sécurité)
- Intégrer SEQUOIA-MDE® dans sa pratique professionnelle, grâce à l'alternance de théorie, démonstrations, exercices pratiques, mises en situation

PROGRAMME

JOURNÉE PRÉPARATOIRE

- Journée dédiée au ressenti corporel : respiration, relaxation, imagerie mentale, le sens corporel et la voix, outil thérapeutique

LES NOTIONS DE BASE

- Les définitions et concepts
- Les émotions, la théorie Polyvagale
- L'utilisation de SEQUOIA-MDE® à la SNCF

SEQUOIA-MDE® : LA MÉTHODE

- La sécurité, la naissance et les spécificités de la méthode
- La levée des blocages psycho-émotionnels
- Les stimulations bilatérales
- La sortie de figement
- L'imagerie mentale et les actes symboliques
- L'amphithéâtre psychologique, la restauration de la temporalité
- La prévention de la re-traumatisation, les techniques et protocoles

LES DÉCLENCHEURS

- Le ressenti corporel
- L'olfactothérapie et la florithérapie
- La distanciation et le discernement
- Le langage sensoriel et émotionnel

INTERVENANTS

Anne Isabelle QUELDERIE

Co-développeur de la méthode SEQUOIA-MDE®, Sophrologue RNCP, Praticienne en Relation d'aide et en Hypnose

Arnaud MOREL

Ingénieur, Co-développeur de la méthode SEQUOIA-MDE®, Sophrologue du Travail RNCP à la SNCF, Praticien en Relation d'aide et en Hypnose

INFORMATIONS PRATIQUES

DURÉE

35 heures / 5 jours

DATES

Sur demande

GROUPE

10 participants maximum

LIEU

Hôtel-Restaurant du Château des Tourelles
8 rue Principale
62142 LE WAST
03.21.33.34.78

TARIF

1230€

Modalités sur demande

CONTACT

06.63.11.14.27

contact@sequoiamde.com