Ministère de la Communauté française

Administration générale de
l'Enseignement et de la Recherche
scientifique.

Direction générale de l'Enseignement
non obligatoire et de la Recherche
scientifique.

Service général de l'Enseignement de
promotion sociale, de l'Enseignement
secondaire artistique à horaire réduit
et de l'Enseignement à distance

Direction de l'Enseignement de
promotion sociale

1080 Bruxelles , le 16 Mar 2011
Rue A. Lavallée, 1
02 / 690.87.31

Monsieur Roberto GALLUCCIO
Administrateur délégué
CPEONS

rue des Minimes 87-89
1000 BRUXELLES

Ref.: a) / Dossier pédagogique 4744

Objet : Dossiers pédagogiques de Régime 1
----- Unité de formation : HARMONIE VITALE PAR LA SOPHROLOGIE : HARMONIE AVEC LES AUTRES - PHASES DE FUTURISATION - PRETERISATION
Classement : ENSEIGNEMENT SECONDAIRE SUPERIEUR DE TRANSITION
Code Référence : 956322U21C2
Domaine : 901 Sciences appliquées-SE:psychologie,psychologie sociale

Monsieur l'Administrateur délégué,

J'ai l'honneur de vous faire parvenir en retour, avec accord provisoire, le dossier pédagogique relatif à l'unité de formation mentionnée sous rubrique.

Veuillez agréer, Monsieur l'Administrateur délégué, l'assurance de ma considération distinguée.

Le Directeur général adjoint,

François-Gérard Stoiz

Toute demande de renseignements relative à l'objet de la présente peut être obtenue auprès de Michaël Goulet ou Françoise Christophe (02/690.87.21 ou 02/690.85.92)

D- 4744

1.2.a

ENSEIGNEMENT DE PROMOTION SOCIALE - REGIME 1

DOCUMENT 8 bis **DOSSIER PEDAGOGIQUE** **UNITE DE FORMATION**

1. La présente demande émane du réseau :

O ~~Communauté française~~ O ~~Libre confessionnel~~
● Provincial et communal O ~~Libre non confessionnel~~

Identité du responsable pour le réseau : R. GALLUCCIO, Administrateur délégué Date et signature : Le 16/12/2010

2. Intitulé de l'unité de formation :

HARMONIE VITALE PAR LA SOPHROLOGIE : HARMONIE AVEC LES AUTRES – PHASES DE FUTURISATION-PRETERISATION

Code de l'unité de formation : 95 63 22 U21 C2	Domaine de formation : 901

3. Finalités de l'unité de formation : Reprises en annexe n° **1** de ...1.... page

4. Capacités préalables requises : Reprises en annexe n° **2** de ...1.... page

5. Classement de l'unité de formation :

● Enseignement secondaire de : ● transition O qualification
du degré : O inférieur ● supérieur
O Enseignement supérieur de type court O Enseignement supérieur de type long

Pour le classement de l'unité de formation de l'enseignement supérieur			
Proposition de classement		Classement du Conseil supérieur	
Technique	O	Technique	O
Economique	O	Economique	O
Paramédical	O	Paramédical	O
Social	O	Social	O
Pédagogique	O	Pédagogique	O
Agricole	O	Agricole	O

Date de l'accord du Conseil supérieur :

Signature du Président du Conseil supérieur :

6. Caractère occupationnel : O oui ● non

7. Constitution des groupes ou regroupement : Repris en annexe n° **3** de ...1... page

8. Programme du (des) cours : Repris en annexe n° **4** de ...2... pages

9. Capacités terminales : Reprises en annexe n° **5** de ...1... page

10. Chargé(s) de cours : Repris en annexe n°**6** de ...1... page

---

(1) Cocher la mention utile
(2) A compléter
(3) Réservé à l'Administration

1.2.b

Code de l'unité de formation :	Domaine de formation :
9S 6322 U21 C2	901

11. Horaire minimum de l'unité de formation :

Dénomination du cours	Classement	Code U	Nombre de périodes
Approche théorique	CT	B	52
Approche pratique	PP	L	60
Part d'autonomie	XXXXXX	P	28
Total des périodes			140

12. Réservé au Service d'inspection :

a) Observation(s) de l'(des) Inspecteur(s) concerné(s) relative(s) au dossier pédagogique [annexe(s) éventuelle(s)] :

b) Décision de l'Inspecteur coordonnateur relative au dossier pédagogique :

ACCORD PROVISOIRE - PAS D'ACCORD

En cas de décision négative, motivation de cette dernière :

Date : 18.02.11 Signature :

(1) biffer la mention inutile
(2) A compléter
(3) Réservé à l'administration
(4) Proposé par le réseau et avalisé par l'inspection
(5) Soit CG, CS, CT, CTPP, PP ou CPPM
(6) Soit A, B, C, D, E, F, H, J, K, L, Q, R, S, T – (l'approbation de cette rubrique est réservée à l'administration)

COPIE CONFORME

D 8BIS/UF : au 01.03.98

François - Gérard STOLZ
Directeur général adjoint

HARMONIE VITALE PAR LA SOPHROLOGIE :
HARMONIE AVEC LES AUTRES – PHASES DE FUTURISATION - PRETERISATION

1. FINALITES DE L'UNITE DE FORMATION

1.1. Finalités générales

Conformément à l'article 7 du décret de la Communauté française du 16 avril 1991, cette unité de formation doit :

- concourir à l'épanouissement individuel en promouvant une meilleure insertion professionnelle, sociale, culturelle et scolaire ;
- répondre aux besoins et demandes en formation émanant des entreprises, des administrations, de l'enseignement et d'une manière générale des milieux socio-économiques et culturels.

1.2. Finalités particulières

L'unité de formation doit permettre à l'étudiant :

- de percevoir ses phénomènes et de les partager avec les autres ;
- de développer des pratiques de prévention en matière de santé.

En aucun cas, cette unité de formation ne permettra l'obtention partielle ou totale d'un titre, quel qu'il soit, via une école privée ou une association professionnelle.

Seule une attestation de réussite peut être délivrée à l'étudiant réussissant toutes les capacités terminales de l'UF.

**HARMONIE VITALE PAR LA SOPHROLOGIE :
HARMONIE AVEC LES AUTRES – PHASES DE FUTURISATION-PRETERISATION**

2. CAPACITES PREALABLES REQUISES

2.1. Capacités

- définir et expliquer l'harmonie vitale et la sophrologie, en énoncer les théories de base et les principes fondamentaux ;
- décrire la notion de corporalité ;
- exprimer ses sensations et ses perceptions, à travers l'application des techniques sophrologiques dynamiques du 1er degré, des techniques sophrologiques de présentation, des différentes méthodes de relaxation et techniques respiratoires , en faisant appel aux notions essentielles notamment de psychologie générale, psychologie dynamique et d'anatomie.

2.2. Titre pouvant en tenir lieu

- Attestation de réussite de l'unité de formation « HARMONIE VITALE PAR LA SOPHROLOGIE : HARMONIE AVEC SOI-MEME – PHASE DE PRESENTATION » CODE N° 956321U21C4

HARMONIE VITALE PAR LA SOPHROLOGIE :
HARMONIE AVEC LES AUTRES – PHASES DE FUTURISATION-PRETERISATION

4. PROGRAMME

L'étudiant sera capable :

En approche théorique

- **Physiologie générale**

  - de décrire succinctement le fonctionnement
    - du système nerveux, notamment :
      - l'extéroception (5 sens),
      - l'intéroception (proprioception, viscéroception) ;
    - du système digestif ;
    - des systèmes circulatoires sanguin et lymphatique ;
    - du système endocrinien ;
  - de décrire l'action de la sophrologie sur ces systèmes.

- **Notions d'ontologie**

  - de décrire brièvement la genèse de l'univers et de l'être vivant.

- **Éléments de psychologie générale**

  - de définir la visualisation ;
  - d'expliquer brièvement le fonctionnement de l'inconscient et son langage à travers le dessin et le conte.

- **Sources orientales de la sophrologie**

  - d'expliquer succinctement les théories orientales sous-tendant la sophrologie (yoga, bouddhisme, zen, ayurveda).

- **Communication efficace notamment selon l'approche GORDON**

  - de citer les conditions favorables à la communication ;
  - de différencier les comportements acceptables et inacceptables pour soi-même et de définir les comportements à encourager ;
  - d'analyser les niveaux de la communication et les types de transactions ;
  - d'énumérer les obstacles à la communication ;
  - de formuler les différents « messages-je » d'affirmation, d'appréciation, de prévention et de confrontation ;
  - de distinguer les procédés d'écoute passive et active ;
  - de définir et d'identifier les besoins ;
  - de différencier la gestion d'un conflit de besoins de la gestion d'une collision de valeurs ;

- **Méthodes**

  - de décrire les techniques sophrologiques du deuxième degré (contemplative) et du troisième degré (réflexive), ainsi que les techniques sophrologiques de futurisation et de prétérisation et d'autres techniques telles que les visualisations, les voyages dans l'imaginaire,... ;

En approche pratique

- d'appliquer et/ou d'intégrer les différentes notions théoriques étudiées ;
- de mettre en œuvre la technique sophrologique dynamique du deuxième degré (contemplative) et l'activation des cinq sens ;
- de mettre en œuvre la technique sophrologique dynamique du troisième degré (réflexive) ;
- de rédiger et de présenter un conte à portée prophylactique ou pédagogique et/ou de dire un terpnos logos à l'ensemble de la classe.

HARMONIE VITALE PAR LA SOPHROLOGIE :
HARMONIE AVEC LES AUTRES – PHASES DE FUTURISATION-PRETERISATION

5. CAPACITES TERMINALES

Pour atteindre le seuil de réussite, l'étudiant sera capable :

- de décrire succinctement les origines orientales de la sophrologie ;
- d'expliquer les principaux éléments de la physiologie des systèmes vitaux ;
- de décrire brièvement les notions d'ontologie ;
- d'exprimer ses sensations, ses perceptions, ses sentiments, ses pensées et ses réflexions à travers l'application des techniques sophrologiques dynamiques des 2^{e} et 3^{e} degrés, des techniques sophrologiques de futurisation et de prétérisation et d'autres techniques ;
- d'expliquer et de mettre en œuvre les techniques de communication efficace selon l'approche Gordon ;
- d'amener les autres étudiants au niveau sophro-liminal par le terpnos logos.

Pour la détermination du degré de maîtrise, il sera tenu compte des critères suivants :

- la précision du vocabulaire;
- la finesse de la description des sensations, des perceptions et des sentiments ;
- la clarté et la précision des réponses.

**HARMONIE VITALE PAR LA SOPHROLOGIE :
HARMONIE AVEC LES AUTRES – PHASES DE FUTURISATION-PRETERISATION**

6. CHARGE(S) DE COURS

Un enseignant ou un expert.

L'expert devra justifier de compétences particulières issues d'une expérience professionnelle actualisée en relation avec le programme du présent dossier pédagogique.