



* **

Clermont-Ferrand (63000)

*****@*****.*****

sophrologue Titre niv.III - RNCP certifié

EXPERIENCES PROFESSIONNELLES

janv. 2019 / aujourd'hui **sophrologue Titre niv.III - RNCP certifié**

stephanie Lecoq Sophrologue

Mon expérience en tant que sophrologue, ainsi que mon vécu m'ont conduit à proposer des accompagnements pour les personnes (enfants, adolescents à profil neuro-atypique et/ou à besoins éducatifs particuliers, ou adultes) qui peuvent rencontrer de manière ponctuelle ou récurrente les problématiques suivantes :

- troubles de l'anxiété
- difficulté à gérer le stress relatif
- gestion de la douleur
- préparation aux examens
- difficulté à utiliser sa capacité à se concentrer
- troubles du sommeil
- développer, optimiser ses capacités à agir et réagir avec les autres, aider, collaborer, partager (intelligence interpersonnelle) – révéler les ressources personnelles de l'individu
- développer, optimiser ses capacités à se connaître, à ' s'interroger, à être intuitif (intelligence intrapersonnelle)
- problématique de gestion du temps
- régulation d'émotions vécues de manière « forte »

Expérience en cabinet libéral, dans une équipe pluridisciplinaire (psychologue - art thérapeute - ostéopathe)

Expérience en structure : Anditoit (Montferrand et Clermont Ferrand) - Résidence pour Adultes handicapés mentales

DIPLOMES ET FORMATIONS

janv. 2019 / aujourd'hui **Diplome de Sophrologue IFSMS - RNCP certifié - BAC+2**

IFSMS Clermont Ferrand

sept. 2022 / sept. 2022 **Spécialisation sur les troubles de l'audition : Acouphènes chroniques**

Méthode Patricia Grévin - Localisation à Aix-en-Provence, Paris et Cabourg (Normandie). avec la longue expérience professionnelle de Patricia Grévin

COMPETENCES

- troubles de l'anxiété
- difficulté à gérer le stress relatif
- gestion de la douleur
- préparation aux examens
- difficulté à utiliser sa capacité à se concentrer
- troubles du sommeil
- développer, optimiser ses capacités à agir et réagir avec les autres, aider, collaborer, partager (intelligence interpersonnelle) – révéler les ressources personnelles de l'individu
- développer, optimiser ses capacités à se connaître, à ' s'interroger, à être intuitif (intelligence intrapersonnelle)
- problématique de gestion du temps
- régulation d'émotions vécues de manière « forte »

Spécialisation sur les troubles de l'audition : Acouphènes chroniques.

Enseignement d'un protocole évalué et publié en 2020 aux Annales Européennes ORL.

COMPETENCES LINGUISTIQUES

CENTRES D'INTERETS

l'art - l'écriture - littérature - neuro-sciences - création - randonnée - musique - vivre sentir ressentir - la joie