

Sophrologie

Le meilleur de soi-même

LA SOPHROLOGIE

Une fenêtre
ouverte sur de
nouvelles
dimensions

ALFONSO CAYCEDO

Neuropsychiatre

Né le 19 novembre 1932


à Bogota, Colombie

**1959 : Société Espagnole d'Hypnose
Clinique et Expérimentale**

1960 : Création de la SOPHROLOGIE

Sophrologie

1960

- 
- SOS Paix, harmonie, sérénité
 - PHREN Esprit, conscience, cerveau
 - LOGOS Science, discours, étude

Sophrologie

1960

- Une science de la conscience humaine
- Un art Conquête de l'harmonie
Entraînement de la personnalité
- Une philosophie Phénoménologie existentielle
- Une recherche Pour que la conscience soit connue
« *Ut conscientia noscatur* »

La Conscience

Force intégratrice

de tous les éléments et structures
physiques

et psychiques de l'existence.

C'est la **force**

qui anime la personne humaine :

**une énergie, un éclaircissement, un
flux.**

La Conscience

Force intégratrice

de tous les éléments et structures
physiques

et psychiques de l'existence.

C'est la **force**

qui anime la personne humaine :

**une énergie, un éclaircissement, un
flux.**

Champs d'application

- Branche clinique
- Branche socio-prophylactique
- Branche sophro-pédagogique

Branche clinique

- Médecine générale et spécialisée
- Médecines « douces »
- Obstétrique
- Gériatrie
- Psychiatrie
- Soins infirmiers
- Physiothérapie
- Alimentation

Branche socio-prophylactique

Stress

Gérontologie

Thanatologie

Dépendances

Art

Spiritualité

Entreprise

Chômage

Thalasso thérapie

Esthétique

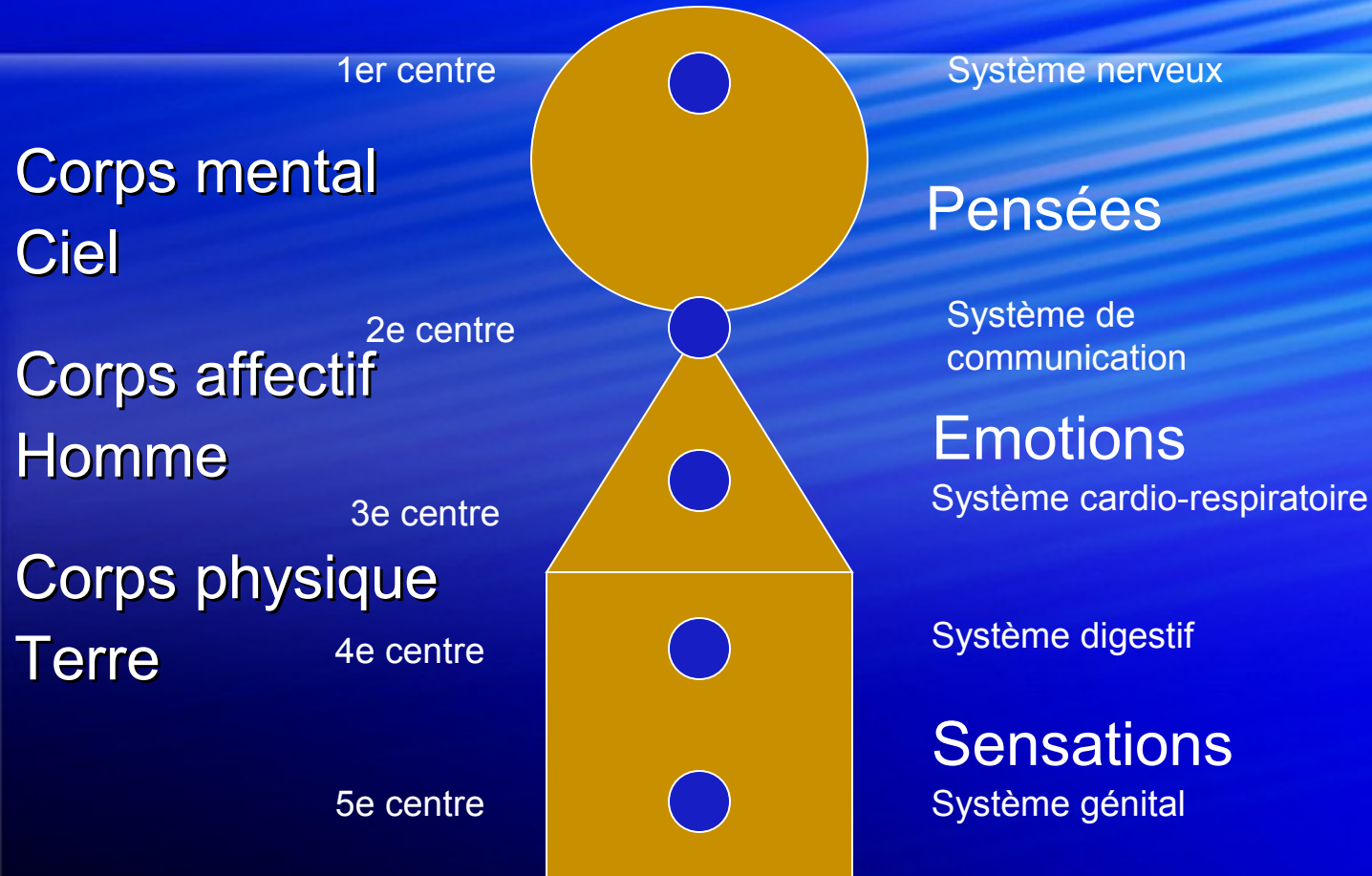
Branche sophro-pédagogique

- Sciences de l'éducation
- Pédagogie du sport
- Sophrologie ludique
- Etc.

La Relaxation Dynamique

- 1er cycle : **Cycle Fondamental**
- Introduction
- 1er degré : Vivance Phronique de la Corporalité
- 2e degré : Vivance Phronique de l' Esprit
- 3e degré : Vivance Phronique de la Rencontre Corps-Esprit
- 4e degré : Vivance Phronique de la Totalisation (découverte des valeurs de la Conscience Sophronique et de la Région Phronique)

Les 5 systèmes de l'Homme Total



Les 5 systèmes de l'Homme Total

