



Frédérique Dessolin
Sophrologue Caycedienne
Hypnothérapeute
Formatrice

METIER A
TISSER
DU
LIEN

☎ 06 58 16 24 84

✉ frederique.dess@orange.fr

📍 Ecopôle, 71 bd Pierre Fabre 81 500 LAVAUUR

COMPETENCES

- Accompagner dans un cadre thérapeutique défini et structuré
- Coacher l'individu et le groupe vers l'atteinte de ses objectifs
- Animer, partager, transmettre
- Concevoir et créer des projets sur mesure
- Faciliter la communication et déjouer les conflits
- Analyser les besoins, diagnostic
- Faire émerger les compétences.
- Identifier les freins, obstacles et transmettre des outils adaptés au contexte
- Capacité: "Ecoute active, communication saine et bienveillante"
- Analyser, synthétiser, créer, innover

PARCOURS FORMATION

- Certification sophrologue méthode Caycedienne Vifia Toulouse
- Certification Hypnose Ericksonnienne IRFHET Toulouse
- Sophrologie cycle radical Sorocay Andorre
- Module sophrologie spécialisation enfance, ado, parentalité et communication
- Accompagner les personnes atteintes du cancer, méthode sophro, ISSO
- Certification manager de proximité CESI Toulouse
- Diplôme d'état d'Éducateur de Jeunes Enfants Institut puericulture Toulouse
- Autres : SST / Initiation à la PNL / Initiation analyse transactionnelle
Formation de formateur occasionnel / Animatrice cercles de parole / Théâtre clown
Communication non violente / Neurosciences...

EXPERIENCES

2022/2023 Formatrice Sophro-pro

Interventions MJC

Ateliers sophro danse studio Anamaya

Intervention auprès de managers pôle emploi

Création Ateliers sophro Danse, sophro massage, sophro méditations, groupe de paroles, stages bien-être

2020/2022 Formations , analyses de pratiques et supervisions (partenariat avec la croix rouge et Acepp 31)

Intervention en entreprise, santé qualité de vie au travail, SPIE et SNCF

Coaching équipe management

Intervention Ecole de commerce ESG

Accompagnement public recherche d'emploi Reflet 31

Personne ressources pour les élèves sophro vifia

Cabinet sur Lavaur, accueil individuel et groupe

2020/2001 Directrice et éducatrice dans différentes structures petite enfance et milieu spécialisé