

• **À la fin de la formation le rigologue 1 aura acquis les compétences suivantes :**

1. Définir la rigologie, ses composantes et ses applications.
2. Construire une séance complète de 1h à 2h de rigologie pour le grand public.
3. Adapter la rigologie à sa pratique professionnelle.
4. Pratiquer la rigologie au quotidien dans sa vie personnelle, familiale et sociale.
5. Créer sa structure et promouvoir son activité.

• **À la fin de la formation le rigologue 2 aura acquis les compétences suivantes :**

1. Consolider ses connaissances théoriques : rigologie, yoga du rire et rire thérapeutique.
2. Perfectionner ses séances grâce à un entraînement corrigé chaque jour du stage.
3. Enrichir sa pratique professionnelle grâce à de nouveaux outils de rigologie : sophrologie ludique, jeux psycho-corporels, approfondissement de l'intelligence émotionnelle.
4. Animer des séances de rigologie de 15mn à une journée pour différents publics : séniors, enfants, entreprises.
5. Renforcer sa posture de rigologue grâce à la découverte de nouvelles pratiques : cohérence cardiaque, méditations actives et sociales, cercle de pardon.
6. Développer son activité de rigologue professionnel au sein du réseau international de l'Institut des Sciences du Bonheur.

• **À la fin de la formation le rigologue 3 aura acquis les compétences suivantes :**

1. Enrichir ses séances de rigologie de nouveaux jeux et des connaissances de base en psychologie positive.
2. Animer un Club de Jeux Psychocorporels.
3. Animer un Club de Bonheur.
4. Expérimenter le stage de deux jours de Training Bonheur, première partie de la formation en vue de l'animer soi-même.

• **À la fin de la formation le rigologue 4 aura acquis les compétences suivantes :**

1. Approfondir ses connaissances théoriques : neurosciences, épigénétique et psychologie positive.
2. Renforcer sa pratique personnelle de la rigologie grâce à une supervision professionnelle et de nouveaux outils.
3. Gérer les groupes et les conflits avec les méthodes de la CNV et du Théâtre Forum.
4. Travailler sur la motivation des participants, en groupe et en face à face, avec la PNL.
5. Utiliser le Jeu du Tao à la fois pour clarifier ses objectifs professionnels et dans le cadre de sa pratique de rigologue.

• **À la fin de la formation le rigologue 5 aura acquis les compétences suivantes :**

1. Augmenter sa palette de techniques de rigologue grâce aux outils de la voix, du clown, de l'art du non-sens, de la créativité, de l'intelligence collective et du toucher ludique.
2. Développer l'humour de soi et l'appliquer dans le cadre de ses interventions en groupe et plus particulièrement en entreprise.
3. Créer des séances de rigologie spécifiques pour le secteur médico-social et l'enseignement.

• **À la fin de la formation le rigologue expert aura acquis les compétences suivantes :**

1. Synthétiser ses connaissances théoriques et son expérience pratique en séances grand public et en entreprise dans un mémoire de fin d'études soutenu devant un jury professionnel.
2. Organiser un vaste évènement grand public.
3. Co-animer une séance de rire pour plusieurs centaines de participants en plein air.