

Sophrologue

RNCP35730 · RNCP · Publiée

L'essentiel

Niveau de qualification	Niveau 5
Code(s) NSF	330p
Formacode(s)	43444
Code(s) ROME	K1103
Type d'enregistrement	Enregistrement sur demande
Date d'enregistrement	08/07/2021
Date d'échéance	08/07/2022

Certificateur(s)

ASS SOCIETE FRANCAISE DE SOPHROLOGIE · SIRET : 38958859100039<https://www.sophrologie-francaise.com/>

Partenaires habilités

14 organismes habilités, d'après la liste publiée par France compétences : 14 à former et organiser l'évaluation.

Organisme	SIRET	Habilitation
ASS ECOLE ALSACIENNE DE SOPHROLOGIE	4346174370003 4	Former et organiser l'évaluation
CENTRE DE FORMATION DES SOPHROLOGUES PROFESSIONNELS	5290642220004 3	Former et organiser l'évaluation
COLLEGE EUROPEEN NATUROPATHIE HOLISTIQUE	3787586920003 2	Former et organiser l'évaluation
ECOLE DE SOPHROLOGIE ET DE SOPHROTHERAPIE EXISTENTIELLE	3832168760001 1	Former et organiser l'évaluation
ECOLE FRANCAISE DE SOPHROLOGIE DE MONTPELLIER	8450036560001 2	Former et organiser l'évaluation
ESSA FORMATIONS	5310444100001 1	Former et organiser l'évaluation
EVOLUTION FORMATION CONSEIL	4247137170007 4	Former et organiser l'évaluation
INSTITUT CASSIOPEE FORMATION	4381822300004 7	Former et organiser l'évaluation
INSTITUT DE SOPHROLOGIE ET SOPHROTHERAPIE DE PARIS	8410280870001 0	Former et organiser l'évaluation
JEAN JOBELIN	4098507990002 7	Former et organiser l'évaluation

Liste complète des 14 partenaires habilités : <https://data.aktaconseil.fr/certifications/rncp35730-sophrologue/partenaires>

Résumé de la certification

OBJECTIFS ET CONTEXTE

Le sophrologue est un professionnel de la relation d'aide. Il est un spécialiste des techniques de respiration, de relaxation physique et mentale, ainsi que des techniques d'aide relationnelle, de communication et de médiation.

Son métier consiste à accompagner des individus et des groupes, à les aider à adapter leurs comportements face aux difficultés qu'ils rencontrent aux plans personnel, professionnel ou social. Les objectifs visés par les clients d'un sophrologue peuvent ainsi concerner : la gestion du stress, la préparation mentale à un examen, la réinsertion à l'emploi, le règlement de troubles divers tel que le sommeil, des difficultés comportementales ou scolaires, surmonter des événements de vie tels qu'une séparation ou un deuil, l'accompagnement de soins ou de maladies telles que le cancer par exemple, sans que cette liste ne soit exhaustive. En aidant ses clients à prendre conscience de leurs capacités et ressources afin de les renforcer pour s'adapter aux situations, il favorise l'autonomie de la personne. Le sophrologue adapte ses programmes aux possibilités et besoins de ses clients dans le respect de la déontologie applicable.

Il exerce majoritairement en profession libérale.

ACTIVITÉS VISÉES

1.1 L'analyse de la demande

Le sophrologue conduit deux types d'entretien : avec le client bénéficiaire de la séance et/ou avec l'entité pour laquelle il est prestataire.

Il dirige un premier entretien afin de comprendre les objectifs de la consultation, le contexte de la demande et les attentes de(s) personnes(s).

Il s'assure de sa bonne compréhension par une reformulation et un questionnement adapté, cela sans exprimer de jugements ni interpréter la situation.

Il présente la sophrologie, le cadre et les limites de son intervention et informe le client des conditions de réalisation

de l'accompagnement proposé.

1.2 Conception et présentation d'un projet d'accompagnement

Au cours de la première séance, le sophrologue sélectionne des exercices adaptés aux objectifs formulés et aux possibilités de ses clients (âge, état de santé et aptitudes).

Il conçoit, construit et présente un projet d'accompagnement en estimant sa durée. En fonction du nombre de séances proposées, il précise les objectifs intermédiaires de chaque séance et rappelle l'objectif final en s'assurant par le client de la compréhension du projet d'accompagnement.

1.3 Élaboration de supports d'entraînement

Le sophrologue conçoit des supports audios et/ou papier et/ou vidéo personnalisés pour qu'à son retour chez lui le client travaille en autonomie.

1.4 L'actualisation des connaissances

Le sophrologue actualise ses connaissances et met en œuvre un système de veille par tous moyens en vue de l'amélioration de ses pratiques.

1.5 L'analyse des pratiques

Le sophrologue procède à une analyse de ses pratiques

en participant à des supervisions.

(groupe de travail d'amélioration des pratiques sophrologiques).

2.1 Animation des exercices adaptés

Le sophrologue explique et montre au(x) client(s) la bonne réalisation des exercices sélectionnés (respirations, relaxations sous forme dynamiques ou statiques, visualisations). Il guide les exercices et modifie les postures si nécessaire.

Le sophrologue vérifie lors du recueil des ressentis l'efficacité du programme proposé.

2.2 Le suivi du programme proposé

Le sophrologue fait un bilan

en cours

et à l'issue du programme d'accompagnement proposé.

Il adapte si besoin et en accord avec le client le programme proposé en fonction de l'évolution de la demande.

3.1 L'installation de l'activité professionnelle

Le sophrologue

réalise une étude de marché, définit une stratégie commerciale et construit un prévisionnel de gestion

3.2 La prospection et les actions commerciales de communication

Le sophrologue élabore des outils de communication marketing destinés à assurer sa promotion.

Il réalise des actions commerciales et de prospection.

Il rejoint des réseaux professionnels.

Il organise des événements autour d'un public ciblé afin de faire connaître ses pratiques.

3.3 La gestion administrative et comptable

Le sophrologue élabore et suit un prévisionnel de résultats.

Il traite les formalités administratives et les déclarations mensuelles, trimestrielles et annuelles en lien avec son statut juridique. Il gère sa comptabilité. Il assure le suivi administratif et comptable de ses activités en lien avec les professionnels concernés.

COMPÉTENCES ATTESTÉES

- C1 Analyser les besoins, les attentes et le contexte avec le client bénéficiaire des séances et/ou l'entité pour laquelle le sophrologue est prestataire, au cours d'un entretien en vue de concevoir un programme d'accompagnement adapté.
- C2 Présenter la sophrologie, le cadre, les limites de l'intervention et le déroulé des séances de sophrologie afin que le client soit informé des conditions de l'accompagnement proposé.
- C3 Concevoir et adapter un programme d'accompagnement sophrologique, en prenant en compte la demande et l'objectif attendu, en sélectionnant dans le corpus, des exercices de sophrologie adaptés pour répondre à la demande, au contexte, à l'âge et aux aptitudes du client.
- C4 Élaborer des supports d'entraînement adaptés au programme proposé et remis au client pour qu'à son retour chez lui le client travaille en autonomie.
- C5 Mettre en œuvre un système de veille par tous moyens en vue de l'amélioration des pratiques sophrologiques.
- C6 Analyser ses pratiques sophrologiques lors de réunion afin de s'inscrire dans une démarche d'amélioration continue.
- C7 Réaliser des démonstrations des respirations, des gestes et postures attendus, pour préparer le client à l'exercice qui va suivre.
- C8 Guider le bénéficiaire dans la réalisation des exercices corporels (respirations, postures, gestes) à l'aide de la voix et de la pratique simultanée du sophrologue pour permettre au client de les vivre et de pouvoir les répéter.
- C9 Aider le client à verbaliser ses sensations corporelles et ses émotions pour les identifier clairement.
- C10 Mesurer la progression du client au regard des objectifs du programme sophrologique pour répondre à la demande initiale du client bénéficiaire et/ou de l'entité pour laquelle le sophrologue est prestataire.
- C11 Analyser l'offre et la demande sur le marché de la relation d'aide afin de valider le projet de création et de permettre la mise en place de la stratégie commerciale de l'entreprise.
- C12 Élaborer des supports de communication simple (cartes de visite, flyers, brochures, page de réseau social) pour se faire connaître.
- C13 Mettre en œuvre des actions commerciales et de prospection ciblées pour atteindre les objectifs de chiffre d'affaires.
- C14 Construire un compte de résultats prévisionnel et mettre en place une organisation administrative.

Blocs de compétences

RNCP35730BC01 — Analyser une demande et concevoir un programme de sophrologie adapté

LISTE DE COMPÉTENCES

- Analyser les besoins, les attentes et le contexte avec le client bénéficiaire des séances et/ou l'entité pour laquelle le sophrologue est prestataire, au cours d'un entretien en vue de concevoir un programme d'accompagnement adapté.
- Présenter la sophrologie, le cadre, les limites de l'intervention et le déroulé des séances de sophrologie afin que le client soit informé des conditions de l'accompagnement proposé.
- Concevoir et adapter un programme d'accompagnement sophrologique, en prenant en compte la demande et l'objectif attendu, en sélectionnant dans le corpus, des exercices de sophrologie adaptés pour répondre à la demande, au contexte, à l'âge et aux aptitudes du client.
- Élaborer des supports d'entraînements adaptés au programme proposé et remis au client pour qu'à son retour chez lui le client puisse travailler en autonomie.

- Mettre en œuvre un système de veille par tous moyens en vue de l'amélioration des pratiques sophrologiques.
- Analyser ses pratiques sophrologiques lors de réunion afin de s'inscrire dans une démarche d'amélioration continue.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Mise en situation professionnelle reconstituée - épreuve orale. Conduite d'un entretien avec un client fictif bénéficiaire des séances, analyse des besoins et production d'un programme de sophrologie adapté composé de 4 séances minimum.
- Mise en situation professionnelle réelle : production écrite de deux fiches d'activités avec soutenance orale, production d'outils d'entraînement (tous supports) et mise en œuvre de la veille documentaire.
- Mise en situation réelle - épreuve pratique et collective de supervision. Les candidats participent à une réunion de supervision. Chaque participant présente ses cas et ses solutions. Les participants échangent autour des pratiques.

RNCP35730BC02 — Animer des séances de sophrologie

LISTE DE COMPÉTENCES

- Réaliser des démonstrations des respirations, des gestes et postures attendus, pour préparer le client à l'exercice qui va suivre.
- Guider le bénéficiaire dans la réalisation des exercices corporels (respirations, postures, gestes) à l'aide de la voix et de la pratique simultanée du sophrologue pour permettre au client de les vivre et de pouvoir les répéter.
- Aider le client à verbaliser ses sensations corporelles et ses émotions pour les identifier clairement.
- Mesurer la progression du client au regard des objectifs du programme sophrologique pour répondre à la demande initiale du client bénéficiaire et/ou de l'entité pour laquelle le sophrologue est prestataire.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Mise en situation professionnelle reconstituée d'animation de séance de sophrologie.
- Mise en situation professionnelle réelle : production écrite d'une fiche d'activités (suivi de 10 séances et analyse de la progression du/des clients pris en charge) et soutenance orale.

RNCP35730BC03 — Gérer et développer l'activité de sophrologue

LISTE DE COMPÉTENCES

- Analyser l'offre et la demande sur le marché de la relation d'aide afin de valider le projet de création et de permettre la mise en place de la stratégie commerciale de l'entreprise.
- Élaborer des supports de communication simple (cartes de visite, flyers, brochures, page de réseau social) pour se faire connaître.
- Mettre en œuvre des actions commerciales et de prospection ciblées pour atteindre les objectifs de chiffre d'affaires.
- Construire un compte de résultats prévisionnel. Mettre en place une organisation administrative. Établir des relations régulières avec les professionnels concernés.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Mise en situation professionnelle réelle : présentation écrite et orale d'un projet d'installation composé d'un prévisionnel de gestion à 3 ans, un projet d'action commerciale, un kit de communication et de promotion des activités.

Secteur d'activité et type d'emploi

SECTEURS D'ACTIVITÉS

Le plus souvent le sophrologue crée sa propre structure et exerce en qualité de professionnel libéral. Le sophrologue est également susceptible d'exercer en tant que prestataire ou salarié dans des institutions de type hôpitaux, cliniques, entreprises, EHPAD, centres pénitenciers, centres de soins ou de cure, centres de thalassothérapie, organismes organisateurs de vacances, centres de loisirs, sans que cette liste ne soit exhaustive.

TYPE D'EMPLOIS ACCESSIBLES

Sophrologue

RÉGLEMENTATIONS D'ACTIVITÉ

La profession n'est pas réglementée.

Les professionnels s'engagent à respecter une déontologie par signature d'une charte également appelée code de déontologie. Ce code de déontologie est signé par tous les membres de la Société française de sophrologie qui s'engagent à le respecter.

Marché du travail

Indicateurs au niveau des familles professionnelles (FAP) des métiers visés, agrégés au niveau national — France Travail / DARES (open data).

Tension de recrutement (DARES 2024)	Faible (2/5)
Facteurs principaux	Intensité d'embauche, Non-durabilité de l'emploi, Inadéquation géographique
Salaire médian (mensuel)	1 650 €
Familles professionnelles (FAP)	T6X61 — Employés des services divers · tension 2/5 (Faible)
Projets de recrutement (BMO 2026)	10 611
Jugés difficiles à recruter	31 %
Emplois saisonniers	60 %
Familles professionnelles (FAP)	T6X61 — Employés des services divers

Voies d'accès

MODALITÉS D'ACCÈS

Formation initiale, Formation continue, VAE

PRÉREQUIS À L'ENTRÉE EN FORMATION

À l'entrée

en formation, le candidat doit justifier d'une certification ou diplôme de niveau 4 et d'un projet professionnel motivé.

COMPOSITION DU JURY — FORMATION INITIALE, VAE

- 2 membres bénévoles de la SFS dont la (ou le) président(e) de la SFS,
- 2 professionnels sophrologues en exercice.

COMPOSITION DU JURY — FORMATION CONTINUE

- 2 membres bénévoles de la SFS dont la (ou le) président(e) de la SFS,
- 2 professionnels sophrologues en exercice.

Base légale

Date de décision	08/07/2021
Durée de l'enregistrement	1 an
Date d'échéance de l'enregistrement	08/07/2022

Statistiques

Année	Certifiés	Dont VAE	Insertion 6 mois	Métier 2 ans
2019	136	0	98 %	71 %
2018	44	1	100 %	—

Liens avec d'autres certifications

ANCIENNES VERSIONS
RNCP17965

Pour plus d'informations

LIEN VERS LE DESCRIPTIF
<https://www.sophrologie-francaise.com/index.php/devenir-sophrologue/certification>

Fiche officielle (France Compétences)

<https://www.francecompetences.fr/recherche/rncp/35730/>

Entrées et sorties de formation

Entrées en formation	263
Parcours menés à terme	454
Taux d'achèvement	173 %
Période	02/2022 – 06/2024

Entrées et sorties — Caisse des Dépôts (open data), tous organismes confondus.

Demande CPF — formations engagées

Dossiers CPF engagés	536
Montant total engagé	1 696 517 €
Coût moyen par dossier	3 165 €
Durée moyenne	222 h
Période	07/2021 – 07/2022
France compétences	75 %
Reste à charge titulaire	22 %
France Travail	2 %
Entreprise	1 %
Régions	0 %
État	0 %
Compte d'engagement citoyen	0 %
OPCO	0 %

Formations engagées via le CPF — Caisse des Dépôts (open data), tous organismes confondus.