

Sophrologue

RNCP36147 · RNCP · Publiée

L'essentiel

Niveau de qualification	Niveau 5
Code(s) NSF	330
Formacode(s)	43444
Code(s) ROME	K1103
Type d'enregistrement	Enregistrement sur demande
Date d'enregistrement	26/01/2022
Date d'échéance	26/01/2025

Certificateur(s)

ACADEMIE DE SOPHROLOGIE · SIRET : 40794300000023

Partenaires habilités

6 organismes habilités, d'après la liste publiée par France compétences : 6 à former.

Organisme	SIRET	Habilitation
ECOLE DE SOPHROLOGIE DU LANGUEDOC	38481150100020	Former
ECOLE DE SOPHROLOGIE DU LANGUEDOC	45195959700019	Former
ECOLE DE SOPHROLOGIE PACA	51408619800041	Former
HYPPOS FRANCE	81456236900011	Former
LE TOUCHER ZEN GUYANE	80043185000034	Former
MONSIEUR CHRISTIAN LIABOT	32698393900041	Former

Résumé de la certification

OBJECTIFS ET CONTEXTE

Le métier de Sophrologue se définit parmi les actions professionnelles d'aide et d'accompagnement à la personne, l'Information Marché du Travail (IMT) Pôle emploi, décrit que le métier répond aux besoins en compétences de la manière suivante : « Le Sophrologue met en place des actions de développement personnel, selon la méthode utilisée, afin de favoriser le bien-être de la personne. Il peut mettre en place des actions de conseil d'accompagnement et de formation. Il peut diriger une entreprise. »

Ce métier se rattache à la fiche Rome K1103 : Développement personnel et bien-être de la personne. Il est attendu en termes de positionnement sur le marché des secteurs professionnels, que nous pouvons retrouver des Sophrologues dans diverses institutions : écoles, Ephad, centres hospitaliers, centres médico-sociaux, milieux associatifs, entreprises...leurs interventions sont vastes parce qu'ils interviennent ponctuellement dans des situations ou lors de comportements qui nécessitent de la gestion d'évacuation du stress et autres situations anxiogènes.

Aujourd'hui, la certification se positionne sur plus de 10 thématiques d'application et couvre tous les modes d'accompagnement de la personne, autant dans son environnement personnel que professionnel.

Depuis 2012, l'Académie de Sophrologie de Paris certifie chaque année entre 90 et 120 candidats. Les écrits successifs du docteur Chéné sur la gestion du stress et du stress post-traumatique et sur l'accompagnement du

cancer du sein ont permis de développer des techniques et des pratiques qui permettent d'accompagner et de soulager par exemple ces situations auxquelles il a été confronté dans sa pratique de médecin. La Sophrologie est une méthode vivante qui répond aux besoins actuels de la société, surtout en cette période de pandémie et d'isolement des individus, tant dans l'exercice professionnel que dans la vie personnelle. La certification est évolutive et répond aux besoins nouveaux de la société. On observe une demande grandissante de techniques qui allient respiration, postures, relaxation mais aussi réflexion sur ses propres valeurs et sur son évolution de vie.

ACTIVITÉS VISÉES

Application du cadre d'accompagnement sophrologique d'une personne ou d'un groupe

- Réalisation d'une observation de la demande d'accompagnement
- Mise en place et suivi d'un protocole d'accompagnement individuel ou de groupe
- Réalisation du cadre d'accompagnement sophrologique

Animation de séances de sophrologie en lien avec le champ d'application du projet d'accompagnement- Conduite du cadre d'animation de la sophrologie (relaxation dynamique, techniques de sophrologie)

- Guidage des exercices d'application pour chaque cycle de progression défini par le protocole d'accompagnement
- Réalisation d'un bilan de séance par l'analyse vivantielle et phénoménologique des exercices appliqués dans le but d'évoluer au niveau du premier cycle et des 4 degrés de la relaxation dynamique qui permettent l'application de la sophrologie

Gestion de son activité de Sophrologue

- Organisation de son environnement de travail
- Développement commercial de son activité professionnelle
- Construction d'un réseau de professionnels dans l'activité de Sophrologue

COMPÉTENCES ATTESTÉES

Application du cadre d'accompagnement sophrologique d'une personne ou d'un groupe

- Réaliser un premier entretien avec la personne ou le commanditaire du groupe pour définir les objectifs de l'accompagnement en expliquant les pratiques et exercices qui seront proposés au sein du programme défini
- Analyser les motifs de la demande pour permettre la construction d'un programme d'accompagnement adapté aux besoins identifiés
- Présenter au sophronisant le cadre opérationnel d'application des séances pour lui apporter une vision claire des étapes de l'accompagnement en présentant les techniques et exercices qui seront utilisés tout au long du programme
- Définir un guide d'accompagnement pour que la sophrologie puisse répondre à la gestion d'un stress, l'accompagnement à la concentration, l'accompagnement de la maladie, la gestion des addictions, le vieillissement, la cohérence cardiaque, la gestion des émotions, l'accompagnement de l'enfant, la sophrologie en entreprise, l'accompagnement de l'adolescence et de la jeunesse, la maternité, la nutrition, les troubles du sommeil, la sexologie, la sophrologie dans le sport
- Démontrer les liens qui se feront entre la demande, les besoins identifiés et le programme d'accompagnement pour permettre au sophronisant de rester conscient des progressions réalisées
- Rédiger un contrat d'accompagnement pour démarrer l'animation des séances en faisant ressortir les étapes de progression du protocole et en définissant la durée de l'accompagnement
- Expliquer chaque étape de l'accompagnement pour permettre au sophronisant de comprendre les progressions inscrites au protocole
- Proposer un cadre de conduite par séance pour présenter de manière concrète comment chaque séance s'intègre dans le protocole général

Présenter le déroulement d'une séance de son démarrage à la prise de congé pour permettre au sophronisant de comprendre la manière dont le travail sera conduit par le sophrologue

Animation de séances de sophrologie en lien avec le champ d'application du projet d'accompagnement -

Elaborer les cycles d'exercices pour structurer le cadre du projet d'accompagnement en mettant en place une progression qui prend en compte les cycles d'exercices de relaxation dynamique et d'entraînements sophrologiques

- Présenter au sophronisant le déroulement des entraînements pour chaque cycle du projet d'accompagnement pour lui permettre de rester conscient de son besoin et des évolutions que la sophrologie lui apportera dans la gestion de son projet
- Guider le sophronisant dans la technique de l'exercice pour lui permettre d'observer et de ressentir les phénomènes qui s'éveillent au fil de l'entraînement
- Exposer au sophronisant chaque étape évolutive des exercices par rapport aux 4 degrés de progression de la méthode pour lui permettre de développer une autonomie dans la conduite de son accompagnement

- Encourager le sophronisant à s'entraîner entre chaque séance pour que chaque exercice puisse donner lieu à une phénodescription de la séance (rapport de déroulement d'une séance pratique) qui sera analysée entre chaque entraînement
 - Accompagner le sophronisant à ressentir et exprimer le vécu de l'exercice pour réaliser sa phénodescription
 - Réaliser une analyse vivantielle et phénoménologique pour aider le sophronisant à observer, ressentir et accompagner sa prise de conscience en lien avec son projet d'accompagnement
- Gestion de son activité de Sophrologue - Aménager un espace de travail et une communication pour développer une clientèle en proposant l'application de séances de sophrologie à partir d'une thématique ou d'un projet d'accompagnement
- Créer un statut pour mettre en pratique la légitimité de sa profession auprès des instances administratives, commerciales et légales
 - Gérer administrativement son activité professionnelle pour proposer des contrats d'accompagnement en sophrologie à des particuliers, des entreprises et des institutions
 - Développer une stratégie digitale pour informer de son activité de Sophrologue sur les réseaux sociaux et site internet
 - Communiquer et s'entretenir avec des clients et prospects pour présenter le déroulement de son travail et les résultats attendus
 - Développer et travailler avec des professionnels de son secteur pour faire connaître sa pratique et fidéliser une clientèle
 - Créer des supports de communication et des relations presse et auteurs pour faire connaître ses pratiques sophrologiques et participer aux évolutions de la profession

Blocs de compétences

RNCP36147BC01 — Application du cadre d'accompagnement sophrologique d'une personne ou d'un groupe

LISTE DE COMPÉTENCES

- Réaliser un premier entretien avec la personne ou le commanditaire du groupe pour définir les objectifs de l'accompagnement en expliquant les pratiques et exercices qui seront proposés au sein du programme défini
- Analyser les motifs de la demande pour permettre la construction d'un programme d'accompagnement adapté aux besoins identifiés
- Présenter au sophronisant le cadre opérationnel d'application des séances pour lui apporter une vision claire des étapes de l'accompagnement en présentant les techniques et exercices qui seront utilisés tout au long du programme
- Définir un guide d'accompagnement pour que la sophrologie puisse répondre à la gestion d'un stress, l'accompagnement à la concentration, l'accompagnement de la maladie, la gestion des addictions, le vieillissement, la cohérence cardiaque, la gestion des émotions, l'accompagnement de l'enfant, la sophrologie en entreprise, l'accompagnement de l'adolescence et de la jeunesse, la maternité, la nutrition, les troubles du sommeil, la sexologie, la sophrologie dans le sport
- Démontrer les liens qui se feront entre la demande, les besoins identifiés et le programme d'accompagnement pour permettre au sophronisant de rester conscient des progressions réalisées
- Rédiger un contrat d'accompagnement pour démarrer l'animation des séances en faisant ressortir les étapes de progression du protocole et en définissant la durée de l'accompagnement
- Expliquer chaque étape de l'accompagnement pour permettre au sophronisant de comprendre les progressions inscrites au protocole
- Proposer un cadre de conduite par séance pour présenter de manière concrète comment chaque séance s'intègre dans le protocole général
- Présenter le déroulement d'une séance de son démarrage à la prise de congé pour permettre au sophronisant de comprendre la manière dont le travail sera conduit par le sophrologue

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Etude de cas dans le cadre d'une mise en situation professionnelle simulée. Il s'agit d'une étude de cas où le candidat devra :

- Réaliser une synthèse d'un premier entretien par rapport à une situation donnée
- Concevoir la mise en place d'un protocole d'accompagnement
- Présenter à l'oral la manière dont le protocole sera présenté au sophronisant

Durée globale de l'épreuve : Etude de cas : partie écrite 2 heures Mise en situation simulée : 1 heure
L'acquisition du bloc fait l'objet de la remise d'un certificat.

RNCP36147BC02 — Animation de séances de sophrologie en lien avec le champ d'application du projet d'accompagnement

LISTE DE COMPÉTENCES

- Elaborer les cycles d'exercices pour structurer le cadre du projet d'accompagnement en mettant en place une progression qui prend en compte les cycles d'exercices (RDC) et d'entraînements sophrologiques
- Présenter au sophronisant le déroulement des entraînements pour chaque cycle du projet d'accompagnement pour lui permettre de rester conscient de son besoin et des évolutions que la sophrologie lui apportera dans la gestion de son projet
- Guider le sophronisant dans la technique de l'exercice pour lui permettre d'observer et de ressentir les phénomènes qui s'éveillent au fil de l'entraînement
- Exposer au sophronisant chaque étape évolutive des exercices par rapport aux 4 degrés de progression de la méthode pour lui permettre de développer une autonomie dans la conduite de son accompagnement
- Encourager le sophronisant à s'entraîner entre chaque séance pour que chaque exercice puisse donner lieu à une phénodescription de la séance (rapport de déroulement d'une séance pratique) qui sera analysée entre chaque entraînement
- Accompagner le sophronisant à ressentir et exprimer le vécu de l'exercice pour réaliser sa phénodescription
- Réaliser une analyse vivantielle et phénoménologique pour aider le sophronisant à observer, ressentir et accompagner sa prise de conscience en lien avec son projet d'accompagnement

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Mise en situation professionnelle réelle. Il s'agit d'un cahier d'au moins 30 descriptions d'exercices sophrologiques réalisés sur un sophronisant ou sur un groupe de sophronisants, le candidat devra :

- Définir le contexte des séances - Expliquer comment l'exercice s'intègre dans le projet d'accompagnement - Réaliser l'analyse de la phénodescription
- Emettre des préconisations et des orientations auprès du sophronisant pour guider les étapes suivantes

Durée globale de

l'épreuve : - 40 mn de présentation devant le jury de certification

- 20 mn d'échange avec le jury de certification

L'acquisition du bloc de compétences fait l'objet de la remise d'un certificat.

RNCP36147BC03 — Gestion de son activité de Sophrologue

LISTE DE COMPÉTENCES

- Aménager un espace de travail et une communication pour développer une clientèle en proposant l'application de séances de sophrologie à partir d'une thématique ou d'un projet d'accompagnement
- Créer un statut pour mettre en pratique la légitimité de sa profession auprès des instances administratives, commerciales et légales
- Gérer administrativement son activité professionnelle pour proposer des contrats d'accompagnement en sophrologie à des particuliers, des entreprises et des institutions
- Développer une stratégie digitale pour informer de son activité de Sophrologue sur les réseaux sociaux et site internet
- Communiquer et s'entretenir avec des clients et prospects pour présenter le déroulement de son travail et les résultats attendus
- Développer et travailler avec des professionnels de son secteur pour faire connaître sa pratique et fidéliser une clientèle
- Créer des supports de communication et des relations presse et auteurs pour faire connaître ses pratiques sophrologiques et participer aux évolutions de la profession

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Présentation d'un rapport décrivant un projet de création d'activité. Il s'agit d'un rapport qui devra simuler : Le type de structure à créer pour conduire son activité. La présentation et le contenu d'un site internet Les conditions de diffusion de ses prestations.

- Les grilles tarifaires proposées
- Une présentation de son espace de travail et de son cadre d'application de la sophrologie
- Le budget prévisionnel et le plan d'action de son activité à venir

- La liste des structures, associations et syndicats permettant de promouvoir sa profession
- Durée globale de l'épreuve : - 20 mn de présentation devant le jury de certification
- 10 mn d'échange avec le jury de certification
- L'acquisition du bloc fait l'objet de la remise d'un certificat

Secteur d'activité et type d'emploi

SECTEURS D'ACTIVITÉS

Le sophrologue exerce majoritairement en profession libérale, soit en indépendant (sous forme d'entreprise individuelle avec la possibilité du régime de micro-entrepreneur), soit en EIRL, ou encore en société d'exercice libéral (SARL, SASU/SAS), ou bien en développant une association Loi 1901. Le(la) Sophrologue peut aussi avoir le statut de salarié(e) au sein de tous types d'entreprises privées ou publiques ou d'associations, que ce soit dans le domaine médical, paramédical, social, éducatif, sportif ou préventif.

Les domaines d'intervention du Sophrologue sont :

- Le travail sur les addictions
- L'accompagnement dans la maladie, les acouphènes, le deuil, la préparation aux interventions chirurgicales
- L'accompagnement de l'enfant et de l'adolescent au niveau de la concentration
- L'accompagnement à la maternité, l'accouchement et la remise en forme
- La sophrologie et la nutrition, les troubles alimentaires
- La sophrologie et la sexologie
- La sophrologie et la gestion du stress, la gestion de la performance
- Le sport et la sophrologie - Les problématiques du sommeil
- La retraite et le vieillissement
- Le redéploiement existentiel et la reconversion professionnelle. Ces domaines d'intervention ne sont pas exhaustifs. Chaque Sophrologue peut développer des thématiques en lien avec la pratique de la Sophrologie.

TYPE D'EMPLOIS ACCESSIBLES

- Sophrologue
- Praticien Sophrologue
- Accompagnant sophrologue

RÉGLEMENTATIONS D'ACTIVITÉ

La profession de sophrologue n'est pas réglementée, mais la profession est déontologiquement tenue au secret professionnel.

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

PRÉREQUIS À L'ENTRÉE EN FORMATION

Pour accéder à la certification : il faut avoir suivi la formation de Sophrologue sur l'ensemble des 3 blocs de compétences, acquis par la formation continue, la VAE ou par dispense VAP, au sein de l'Académie de Sophrologie de Paris ou auprès d'un organisme partenaire habilité.

Pour accéder à la formation les prérequis sont :

1. Avoir un niveau Bac reconnu ou autres certifications professionnelles Niveau 4 ou une expérience professionnelle équivalente
2. Réussir l'entretien d'entrée pour intégrer la formation et avoir un projet professionnel défini et structuré pour exercer le métier de Sophrologue

COMPOSITION DU JURY — FORMATION INITIALE, FORMATION CONTINUE, VAE

3 personnes composent le jury:

1 représentant du certificateur qui préside le jury

2 professionnels en exercice dans le secteur de la Sophrologie

Base légale

Date de décision	26/01/2022
Durée de l'enregistrement	3 ans
Date d'échéance de l'enregistrement	26/01/2025

Statistiques

Année	Certifiés	Dont VAE	Insertion 6 mois	Métier 2 ans
2019	71	2	99 %	99 %
2018	124	10	100 %	99 %
2017	71	18	97 %	98 %
2016	68	1	98 %	98 %
2015	43	8	100 %	100 %

Liens avec d'autres certifications

ANCIENNES VERSIONS

RNCP15764

CORRESPONDANCES (PAR BLOCS)

RNCP15764

Pour plus d'informations

LIEN VERS LE DESCRIPTIF

<https://academie-sophrologie.fr/>

Fiche officielle (France Compétences)

<https://www.francecompetences.fr/recherche/rncp/36147/>

Entrées et sorties de formation

Entrées en formation	803
----------------------	-----

Parcours menés à terme	713
Taux d'achèvement	89 %
Période	02/2022 – 09/2026

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

Demande CPF — formations engagées

Dossiers CPF engagés	838
Montant total engagé	3 606 522 €
Coût moyen par dossier	4 304 €
Durée moyenne	288 h
Période	02/2022 – 01/2025
France compétences	75 %
Reste à charge titulaire	20 %
France Travail	2 %
Entreprise	1 %
Régions	1 %
OPCO	0 %
Compte d'engagement citoyen	0 %

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