

CERTIFICATION PROFESSIONNELLE

Accueil > Trouver une certification > Répertoire national des certifications professionnelles > Sophrologue

Sophrologue

Code de la fiche :
RNCP36147

Etat :
Active

[↓ Télécharger](#) [? Aide en ligne](#) [Europass](#)

L'essentiel



Nomenclature
du niveau de qualification

Niveau 5



Code(s) NSF

330 : Spécialités plurivalentes des services aux personnes



Formacode(s)

43444 : Sophrologie



Date d'échéance
de l'enregistrement

26-01-2025

Certificateur(s)

Résumé de la certification

Blocs de compétences

Secteur d'activité et type d'emploi

Voie d'ac

Liens avec d'autres certifications professionnelles, certifications ou habilitations

Base légale

Pour plus d'informations

Certificateur(s)



Top

| Nom légal | Siret | Nom commercial | Site internet |
|-------------------------|----------------|----------------------------------|---|
| ACADEMIE DE SOPHROLOGIE | 40794300000023 | ACADEMIE DE SOPHROLOGIE DE PARIS | https://academie-sophrologie.fr/ |

Résumé de la certification

Objectifs et contexte de la certification :

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

Modalités d'évaluation :

Etude 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

Réalisation 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 la lecture vivantielle de la phénodescription
- Emettre des préconisations et des orientations auprès du sophronisant pour guider les étapes suivantes

Réalisation 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 ou d'une communication mentionnant les conditions de diffusion de ses prestations et les grilles tarifaires proposées
- Une présentation de son espace de travail et de son cadre d'application de la sophrologie
- La réalisation d'un prévisionnel et le plan d'action de son activité à venir
- La présentation de la liste des structures, associations et syndicats permettant de promouvoir sa profession

Blocs de compétences

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

| Liste de compétences | Modalités d'évaluation |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - 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 | <p>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 :</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 <p>Durée globale de l'épreuve : Etude de cas : partie écrite 2 heures Mise en situation simulée : 1 heure</p> <p>L'acquisition du bloc fait l'objet de la remise d'un certificat.</p> |

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

| Liste de compétences | Modalités d'évaluation |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - 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 | <p>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 :</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 <p>Durée globale de l'épreuve : - 40 mn de présentation devant le jury de certification - 20 mn d'échange avec le jury de certification</p> <p>L'acquisition du bloc de compétences fait l'objet de la remise d'un certificat.</p> |

RNCP36147BC03 - Gestion de son activité de Sophrologue

| Liste de compétences | Modalités d'évaluation |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - 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 | <p>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.</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 <p>Durée globale de l'épreuve : - 20 mn de présentation devant le jury de certification</p> <p>- 10 mn d'échange avec le jury de certification</p> <p>L'acquisition du bloc fait l'objet de la remise d'un certificat</p> |

Description des modalités d'acquisition de la certification par capitalisation des blocs de compétences et/ou par correspondance :

La certification professionnelle est obtenue en validant la totalité des blocs de compétences. Les modalités d'acquisition peuvent se faire par blocs de compétences et par équivalence dans le cadre d'une VAE ou d'une VAP, dans les 2 dernières situations une commission de recevabilité permettra de valider la demande.

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

Code(s) ROME :

K1103 - Développement personnel et bien-être de la personne

Références juridiques des réglementations d'activité :

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

Voie d'accès

Le cas échéant, 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 :

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

Le cas échéant, prérequis à la validation de la certification :

Pré-requis distincts pour les blocs de compétences :

Non

Validité des composantes acquises :

| Voie d'accès à la certification | Oui | Non | Composition des jurys |
|--|-----|-----|--|
| Après un parcours de formation sous statut d'élève ou d'étudiant | X | | 3 personnes composent le jury: 1 représentant du certificateur qui préside le jury |

| Voie d'accès à la certification | Oui | Non | Composition des jurys |
|---|-----|-----|--|
| | | | 2 professionnels en exercice dans le secteur de la Sophrologie |
| En contrat d'apprentissage | | X | - |
| Après un parcours de formation continue | X | | 3 personnes composent le jury: 1 représentant du certificateur qui préside le jury 2 professionnels en exercice dans le secteur de la Sophrologie |
| En contrat de professionnalisation | | X | - |
| Par candidature individuelle | | X | - |
| Par expérience | X | | 3 personnes composent le jury: 1 représentant du certificateur qui préside le jury 2 professionnels en exercice dans le secteur de la Sophrologie |

| | Oui | Non |
|---|-----|-----|
| Inscrite au cadre de la Nouvelle Calédonie | | X |
| Inscrite au cadre de la Polynésie française | | X |

Liens avec d'autres certifications professionnelles, certifications ou habilitations

Anciennes versions de la certification professionnelle reconnues en correspondance partielle

| Bloc(s) de compétences concernés | Code et intitulé de la certification professionnelle reconnue en correspondance partielle | Bloc(s) de compétences en correspondance partielle |
|--|---|--|
| RNCP36147BC01 - Application du cadre d'accompagnement sophrologique d'une personne ou d'un groupe ET RNCP36147BC02 - Animation de séances de sophrologie en lien avec le champ d'application du projet d'accompagnement | <u>RNCP15764 - Sophrologue</u> | RNCP15764BC03 - Réalisation des entretiens de sophrologie |
| RNCP36147BC03 - Gestion de son activité de Sophrologue | <u>RNCP15764 - Sophrologue</u> | RNCP15764BC01 - Mise en oeuvre de la gestion administrative, comptable et commerciale ET |

| Bloc(s) de compétences concernés | Code et intitulé de la certification professionnelle reconnue en correspondance partielle | Bloc(s) de compétences en correspondance partielle |
|--|---|---|
| | | RNCP15764BC04 - Actualisation professionnelle |
| RNCP36147BC03 - Gestion de son activité de Sophrologue | <u>RNCP15764 - Sophrologue</u> | RNCP15764BC02 - L'installation de son activité de sophrologue |

Base légale

Référence des arrêtés et décisions publiés au Journal Officiel ou au Bulletin Officiel (enregistrement au RNCP, création diplôme, accréditation...) :

| Date du JO/BO | Référence au JO/BO |
|---------------|--|
| 09/12/2012 | Arrêté du 27 novembre 2012 publié au Journal Officiel du 9 décembre 2012 portant enregistrement au répertoire national des certifications professionnelles. Enregistrement pour trois ans, au niveau III, sous l'intitulé "Sophrologue" avec effet au 30 septembre 2008, jusqu'au 9 décembre 2015. Autorité responsable : Académie de sophrologie. |

Référence autres (passerelles...) :

| Date du JO/BO | Référence au JO/BO |
|---------------|---|
| - | Arrêté du 15 décembre 2016 publié au Journal Officiel du 18 décembre 2016 portant enregistrement au répertoire national des certifications professionnelles. Enregistrement pour cinq ans, au niveau III, sous l'intitulé "Sophrologue" avec effet au 9 décembre 2015, jusqu'au 18 décembre 2021. |

| | |
|--|------------|
| Date de décision | 26-01-2022 |
| Durée de l'enregistrement en années | 3 |
| Date d'échéance de l'enregistrement | 26-01-2025 |
| Promotions (année d'obtention) pouvant bénéficier du niveau de qualification octroyé | 2021 |

Pour plus d'informations

Statistiques :

| Année d'obtention de la certification | Nombre de certifiés | Nombre de certifiés à la suite d'un parcours vae | Taux d'insertion global à 6 mois (en %) | Taux d'insertion dans le métier visé à 6 mois (en %) | Taux d'insertion dans le métier visé à 2 ans (en %) |
|---------------------------------------|---------------------|--|---|--|---|
| 2019 | 71 | 2 | 99 | 99 | 99 |
| 2018 | 124 | 10 | 100 | 99 | 99 |
| 2017 | 71 | 18 | 97 | 97 | 98 |
| 2016 | 68 | 1 | 98 | 98 | 98 |
| 2015 | 43 | 8 | 100 | 100 | 100 |

Lien internet vers le descriptif de la certification :

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

Liste des organismes préparant à la certification :

Liste des organismes préparant à la certification

Certification(s) antérieure(s) :

| Code de la fiche | Intitulé de la certification remplacée |
|----------------------------------|--|
| <u>RNCP15764</u> | Sophrologue |

Référentiel d'activité, de compétences et d'évaluation :

[Référentiel d'activité, de compétences et d'évaluation](#)