

2^{èmes} ETATS GENERAUX DE LA FORMATION EN SOPHROLOGIE

Paris – 7 janvier 2010

COMPTES-RENDUS des COMMISSIONS

CONCLUSIONS

Organisation :

SOCIETE FRANCAISE DE SOPHROLOGIE

SYNDICAT DES SOPHROLOGUES PROFESSIONNELS

COORDINATION DES ECOLES PROFESSIONNELLES EN
SOPHROLOGIE

Une profession s'harmonise !

Les « Etats Généraux de la formation » ont rassemblé, le 7 janvier 2010 à Paris et ce, pour la deuxième fois depuis fin 2008, 36 écoles de « Sophrologie » venues des quatre coins de France et de Navarre. Organisé par la Société Française de Sophrologie (SFS), la Coordination des Ecoles Professionnelles en Sophrologie (CEPS) et le Syndicat des Sophrologues Professionnels (SSP), ce deuxième séminaire a permis non seulement de faire le point sur les retombées des précédents Etats Généraux mais surtout de continuer à définir un « tronc commun » de formation en Sophrologie acceptable par toutes les écoles. Il n'était pas question, pour les organisateurs de porter atteinte à la spécificité de chaque école mais bien de parvenir à un accord de groupe pour la mise en place d'un axe commun de formation en sophrologie. Les différents courants étant représentés, les écoles se sont mises autour de la table de négociation avec cette volonté d'aboutir. Le syndicat avait minutieusement organisé la démarche en mettant en place cinq groupes de travail (sophrologie médicale, pédagogique, sociale, sophrothérapie et le sophrologue de base) animés chacun, par un « régulateur » avec comme consigne : recentrer en permanence et synthétiser les débats sur l'objectif à atteindre. On notera que la convivialité, le plaisir des rencontres, la richesse des échanges étaient au rendez-vous, sans oublier le dynamisme qui a permis d'avancer sur chaque thème tout en débattant des spécificités et spécialisations de la sophrologie...

« Si nous voulons faire avancer la reconnaissance de notre profession, nous confie Bernard Santerre, Président du syndicat des Sophrologues, il est indispensable d'améliorer les formations en sophrologie. C'est là un des objectifs des Etats Généraux. Toutes les écoles présentes ont souhaité se retrouver dans quelques mois pour poursuivre le travail entamé. »



Alain Giraud

2^{èmes} ETATS GENERAUX DE LA FORMATION EN SOPHROLOGIE Paris – 7 janvier 2010

Chaque commission a rédigé un compte-rendu. Les comptes-rendus présentés ci-dessous n'engagent que leur rédacteur.

Les commissions de la matinée :

Commission 1

Compte rendu rédigé par : Christine EGLEME

Le groupe se place dans l'optique de mise en place de dispositifs communs à toutes les écoles, plutôt que de recenser ce qui se fait actuellement dans les différentes écoles représentées ici.

Préciser l'évaluation du 1^{er} cycle (tronc commun – cycle de base – cycle fondamental) :

Chaque étape des évaluations (1 et 2) se fait sur deux plans : contrôle continu et contrôle final

- 1- **Evaluation pratique** = animation d'une pratique devant le groupe avec fiche d'évaluation
- 2- **Evaluation théorique par écrit**
- 3- **Stage d'application** dans une structure (12 heures minimum) et rapport de stage
- 4- Participation régulière à un **groupe d'entraînement**

Quel qualificatif pour la fin du 1^{er} cycle :

Le qualificatif retenu est "diplôme", suivi du niveau ou degré.

Ex : diplôme de sophrologue – cycle fondamental

Quelle est la durée d'une formation complète :

300 heures minimum pour le cycle de base

150 heures minimum pour le cycle supérieur (à préciser)

Soit environ 450 heures minimum totales à ce jour.

Quel titre à l'issue de la formation complète :

Diplôme de Sophrologue – cycle complet

Les spécificités et spécialisation des écoles représentées dans la commission :

Toutes les écoles de cette commission sont "généralistes" dans leur enseignement de la Sophrologie, à savoir les fondamentaux des techniques en Sophrologie.

Certaines écoles ajoutent un apport "énergétique", "relation, communication", "coaching" ou des thèmes spécifiques.

Commission 2

Compte rendu rédigé par : Floriane BERTUCAT

Plusieurs écoles signalent que les premiers EG ont eu un impact positif sur leur communication extérieure et leur ont permis de se sentir plus assurées. Certaines d'entre elles ont également modifié quelques éléments de leur formation ou de leurs évaluations.

La majorité des écoles présentes font des **évaluations orales** sous forme de séances animées par les stagiaires ou de supervision de pratiques professionnelles.

Sur le plan de **l'écrit**, certaines demandent un travail personnel au stagiaire sur son vécu en formation, d'autres instituent un **examen de fin de cycle et la soutenance d'un mémoire**.

Si le stagiaire a validé ces étapes il reçoit pour la plupart un **certificat** l'autorisant à débiter son activité professionnelle (parfois avec des conditions restrictives si le cycle complet de formation n'a pas été mené à son terme).

Si le stagiaire n'a pas validé ces étapes d'évaluation il reçoit une **attestation de formation** au 1^{er} cycle (appelé fondamental, ou cycle de base, ou tronc commun).

Ce « tronc commun » est, pour la plupart, une 1^{ère} étape de formation, qui doit être complétée par un 2^{ème}, voire 3^{ème} cycle visant à donner aux stagiaires une réelle compétence de sophrologue en fonction des critères exigés par son école.

Le diplôme de l'école n'est décerné qu'aux élèves ayant validé toutes les étapes du cycle de formation complet exigé par elle.

La majorité des écoles présentes estiment qu'un minimum de **400 heures** est nécessaire pour valider une formation sérieuse de Sophrologue Praticien.

Commission 3

Compte rendu rédigé par : Daniel BOISSELEAU

- Toutes les écoles présentes ont mis ou sont en train de mettre en place une formation d'au moins 250 heures.
- **Les évaluations** portent sur la théorie, le travail personnel des stagiaires et l'animation de séance.
L'important semble pour tous de valider les acquis en matière de savoir-être et savoir-faire, ainsi que le travail personnel demandé.

Des épreuves finales coexistent avec un contrôle continu des connaissances tant sur le plan théorique (exemple : QCM en fin de session présentés et corrigés au regroupement suivant) que pratique (animation de séances).

Certaines écoles travaillent sur des indicateurs cohérents pour mettre en place des grilles d'évaluation visant à objectiver et harmoniser l'avis des formateurs ou des jurys d'examen.

Des entraînements personnels sont soit imposés, soit conseillés tant en interne au centre de formation ou à l'extérieur auprès de sophrologues libéraux.

- **Le nom donné à l'attestation de fin de cycle** fondamental est jugé important, il relève de la légalité, par exemple le mot diplôme seul est soumis à une réglementation stricte.

Les appellations suivantes existent : diplôme privé, certificat, attestation de fin de cycle...

Des demandes ou propositions émanent de la commission :

- Au sein des EGF, dégager deux commissions :
Une qui travaille sur les aspects légaux et les obligations inhérentes aux droits et devoirs des écoles de formation professionnelle (aspects légaux).
Une qui travaille sur les contenus de la formation et les aspects pédagogiques.
- Il se dégage des travaux un besoin manifeste de définir les compétences clé nécessaires à l'exercice du métier sophrologue pour mettre en place des outils d'évaluation cohérents.
- Une personne propose la création d'une fédération des écoles pour prolonger et concrétiser les travaux des états généraux de la formation.

Commission 4

Compte rendu rédigé par : Benoît FOUCHE

Commission du matin sur le 1^{er} cycle et le 2^{ème} cycle.

Sont présentes 8 écoles et une école en formation :

1 / Diplôme universitaire de la Faculté de Lille. Coordinateur : Christian Decottignies.

2 / Ecole Alsacienne de Sophrologie (Strasbourg). Directeur : J.F. Fortuna.

3 / Pôle Sophro (Paris). Directeur : Luc Marcelot.

4 / CEAS (Paris). Directeur : Luc Audouin.

5 / Ecole de sophrologie de Thierry Loussouarn (Provence), représentée par Dominique Marie Périnet.

6 / Ecole de Michèle Freud (Saint Raphaël), représentée par Geneviève Vermeil.

7 / Faculté de Sophrologie de Nouméa créée par Ghislaine Manet, représentée par Sandrine Saraillé.

8 / Ecole de Sophrologie Existentielle de Bordeaux représentée par Grégory Lafage.

9 / Katherina Lipoff nous dit que son école est en projet sur le développement personnel à l'aide de techniques variés : bouddhisme, PNL, morphopsychologie...

Pour le 1^{er} cycle, les écoles proposent :

- un 1^{er} cycle (tronc commun) de 2 ans : c'est le cas des écoles (1), (2) et (6).
- un cycle d'un an à Pôle Sophro, à la Fac de Nouméa et de 14 mois au CEAS.

- L'école de Provence de Th. L. propose 6 fois 4 jours pour le 1^{er} cycle (Sophrologie Racine).
- L'école de Sophro Existentielle se fait en 6 ans avec 1^{er} cycle de 400 h, 2^{ème} cycle de 400 h et 3^{ème} cycle de 200 H.

Chaque école organise un entraînement en groupe. Certaines écoles demandent que chaque étudiant(e) ait un Sophrologue référent.

Les écoles organisent un 2^{ème} cycle qui est fait d'options ou de spécialisations.

- C'est le cas du DU de Lille.
- L'école alsacienne propose des options : développement de l'enfant, victimologie sexuelle, psychopathologie.
- Pôle Sophro organise, en 2^{ème} année (2^{ème} cycle), 40 h de psychopathologie et une approche rogérienne avec des jeux de rôle.
- Le CEAS a des unités de valeur par stages de 12 jours.
- L'école de Provence Th. L. organise un 2^{ème} cycle de stage complémentaire pour être Sophroanalyste.
- L'école M. Freud organise à partir de la 2^{ème} année des séminaires spécifiques : les adolescents, la sophroanalyse, mincir...
- La Faculté de Nouméa propose deux options : la branche relationnelle et la branche médicale et une spécificité sophroanalyste pour certains.
- L'école existentielle a un 3^{ème} cycle de 200 h consacré à la psychopathologie pour former des sophrothérapeutes.

Les écoles décernent attestations, certificats et diplômes.

- Le DU de Lille est un diplôme universitaire (distinct d'un diplôme d'état) de sophrologie après un mémoire.
- L'école alsacienne décerne une Attestation en Sophrologie après un mémoire sur une expérience professionnelle.
- Pôle Sophro donne un certificat de praticien après la 1^{ère} année et après la 2^{ème} année sanctionnée par un mémoire un Master en Sophrologie.
- Le CEAS distingue un titre de Praticien certifiée en Sophrologie après les 14 mois de 1^{er} cycle et un titre de Praticien diplômé en Sophrologie après les unités de valeur.
- L'école de Th. L. se termine après un mémoire vivantiel par un Diplôme en Sophrologie.
- L'école M. Freud demande un mémoire de cas cliniques pour un Diplôme de Sophrologie.
- La Fac de Nouméa donne un Diplôme d'études supérieures de Sophrologie branche relationnelle ou branche médicale.
- L'école de Bordeaux donne après le 1^{er} cycle le titre d'Animateur en Sophrologie, après le 2^{ème} cycle le titre de Praticien en Sophrologie et, après le 3^{ème} cycle, l'école fait appel à un jury extérieur : c'est la Fédération Française de Psychothérapie et de Psychanalyse qui décerne le Certificat Européen de Psychothérapie.

Commission 5

Compte rendu rédigé par :

Compte rendu non transmis.

Les commissions de l'après-midi :

1 - Commission "Sophrologie Sociale"

Compte rendu rédigé par : Christine EGLEME

Il s'agit de Sophrologie sociale et non de "sophrologue social".

La sophrologie ne se définit pas de façon si tranchée, notion de transversalité.

Le groupe distingue deux branches :

- la Sophrologie dans le monde du travail et de l'entreprise
- la Sophrologie du bien-être et de la prévention

La formation à cette spécificité pourrait être d'une durée de 9 à 18 jours, sous forme de "spécialisation" monde du travail ou bien-être et prévention.

Ces spécialisations pourraient se faire sous l'égide d'une instance particulière ou structure ou fédération qui permettrait la mutualisation des formations.

2 - Commission "Sophrothérapie"

Compte rendu rédigé par : Michèle DECLERCK

Nous étions peu nombreux dans cette commission : 6 participants, mais le débat fut relativement houleux, peut-être plus du fait du choc des egos que de divergences sur le fond.

Nous sommes pour autant parvenus, grâce aux qualités de négociateur du modérateur, à un certain consensus :

1° La spécificité de la Sophrothérapie n'est pas remise en cause, ni la distinction entre tronc commun et spécialisation, même si dans l'une des écoles concernées, on semble englober celle-ci dans une approche globale.

2° Les conditions d'accès donnent lieu à discussion, la majorité se prononçant sur la nécessité d'une formation initiale, voire d'un métier de base : médecin, psychologue, psychothérapeute, psychanalyste qui garantisse un certain savoir thérapeutique.

Seule une voix se présente pour défendre le point de vue qu'une implication personnelle puisse dans certains cas se substituer à cette « garantie ».

3° Le principe étant finalement adopté d'une spécification, on se montre assez exigeant quant à la durée de cette spécialisation : accord sur 150 heures minimum sur un an + le temps nécessaire à la rédaction du mémoire et à la supervision.

4° Quant au contenu pédagogique, il est axé sur 3 pôles :

- la psychopathologie qui inclut la connaissance des différentes approches théoriques : psychanalyse versus DSM 4 et la diversité des approches thérapeutiques : psychothérapie d'inspiration analytique cognitivo-comportementalisme ...

- les applications de la sophrologie croisées avec les pratiques spécifiques : ainsi des phobies avec la sophro-correction sérielle, des troubles du comportement alimentaire avec le travail sur le schéma corporel, des suites de traumatisme avec la sophromnésie...

- le cadre thérapeutique : l'insistance étant mise sur les techniques d'entretien et surtout sur l'anamnèse, trop souvent confondue avec un « interrogatoire », également sur la nécessité d'un accueil global de la personne, quelle que soit sa demande exprimée - celle-ci étant d'ailleurs destinée à évoluer avec le temps.

5° La validation : Elle doit faire l'objet d'études de cas avec présentation orale devant un jury composé d'intervenants de l'école, mais auxquels il paraît important d'adjoindre des personnalités extérieures - et d'un mémoire écrit suivi d'une soutenance orale, celui-ci pouvant porter sur des sujets cliniques ou des réflexions plus théoriques, l'essentiel étant qu'il se rapporte à du vécu, mais qu'il représente une élaboration par rapport à ce vécu .

Il serait intéressant de s'orienter, quand le sujet s'y prête, et notamment en institution, vers une évaluation quantitative de la sophrologie, même si nous sommes tous conscients de la difficulté de cette quantification.

Il reste que cette validation ne dispense pas d'une confirmation en termes de supervision.

6° La dénomination du diplôme ne semble pas poser problème :

On propose indifféremment : sophrothérapeute ou sophrologue avec spécialité sophrothérapie.

Pour terminer, une suggestion du groupe :

Il serait intéressant que les travaux des Etats Généraux soient concrétisés par **un label** décerné aux écoles satisfaisant aux critères sur lesquels nous nous serions entendus.

Exemple : « *Ecole agréée par la Coordination des Ecoles Professionnelles en Sophrologie* » (à améliorer dans la formulation)

3 - Commission "Sophrologie pédagogique"

Compte rendu rédigé par : Daniel BOISSELEAU

1. Les champs d'application :

La pédagogie c'est le développement des capacités d'apprentissage.

Beaucoup de liens existent avec la Sophrologie sociale, il semble délicat de vouloir dissocier ces deux domaines.

L'utilisation de « sociale » ou « pédagogique » derrière le mot sophrologie serait un pléonasme puisque cette dernière englobe dans tous les cas ces deux aspects.

Ne serait il pas dangereux et limitatif de trop subdiviser les différentes spécialités ?

Une spécificité ne peut s'appuyer que sur une formation fondamentale de sophrologue clairement définie (dixit le tronc commun)

2. Le titre :

Le sophrologue généraliste est un **SOPHROLOGUE**.

Un sophrologue généraliste sait faire de la pédagogie et du social.

3. Spécificité initiale préalable :

Elle est possible dans certains domaines (ex : éducateur sportif) mais pas nécessaire.

4. L'approfondissement :

Il existe une différence importante entre spécialisation et approfondissement, la commission préfère l'usage du terme approfondissement pour les modules de formation optionnels.

Un approfondissement :

- Implique l'acquisition de connaissances spécifiques.
- Est un accélérateur de compétences.
- Incite à mettre du sens sur la méthodologie et le choix des outils.

5. Mutualiser les ressources :

Il est demandé de créer des ponts entre les écoles pour élargir le panel de propositions pour les stagiaires et mutualiser les ressources en formateurs « spécialisés ».

6. Prochains états généraux de la formation :

Il a été proposé d'organiser une séance animée de manière enchainée par plusieurs participants afin de mettre de la « chair » dans nos rencontres.

4 - Commission "Sophrologie médicale"

Compte rendu rédigé par : Benoit FOUCHÉ

Il y a 7 écoles représentées.

Le débat est simple entre :

1 / Ceux qui considèrent qu'il existe des techniques propres de sophrologie médicale :

- la sophrologie de la douleur avec la Sophro-substitution-sensorielle,
- une sophrologie basée sur des visualisations qui s'adresse aux hormones du stress (cf le travail publié par Th. Nassé),
- une sophrologie de l'anorexie et de la boulimie,
- une sophrologie de la préparation à l'accouchement.

Cette sophrologie spécifique doit être exercée en priorité par des sophrologues issus des professions médicales et paramédicales.

2 / Ceux qui pensent que le protocole est toujours le même quelque soit les champs d'application. Et ici, nous avons eu un brillant exposé du Docteur Patrick André Chénée, gynécologue-obstétricien qu'il ne faut pas travailler, avec la Sophrologie, sur des symptômes, mais sur des personnes. Le protocole le plus complet de Sophrologie est celui qui va de la Relaxation Dynamique Caycédiennne du 1^{er} degré (RDC1) à la RDC12. Et que ce protocole peut s'appliquer aussi bien au stress en entreprise qu'à l'accompagnement des malades.

Par conséquent cette Sophrologie appliqués aux malades peut être exercée par des sophrologues sans aucune formation médicale, à condition qu'ils s'assurent que le malade a vu un médecin et a eu un diagnostic.

A noter que P. A. Chénée, croyant avoir trouvé (enfin !) avec la Sophrologie une « Science de la conscience, recherche des valeurs de l'existence, de l'harmonie, de l'équilibre, de la sérénité et de la sagesse » (tome 1, page de garde) parle d'atteindre « la conscience moléculaire et la conscience cellulaire » concepts qui relèvent de la mystique ou de la religion, mais sûrement pas de la science.

5 - Commission "Sophrologie généraliste"

Compte rendu rédigé par : Bernard SANTERRE

Voici le compte-rendu de la commission Dublin de l'après-midi dont j'étais le rapporteur sur la définition du sophrologue.

Le premier point notable, c'est l'intérêt suscité par le sujet puisque 21 personnes sont présentes dans cette commission.

Après un rapide tour de présentation des uns et des autres, les discussions s'engagent.

Quelques exemples :

- Pour définir ce qu'est un sophrologue, peut-être faut-il d'abord définir la sophrologie

- L'outil du sophrologue, c'est lui-même
- Il faut définir quels sont les domaines d'application de la sophrologie. C'est une activité à part entière
- Importance de la recherche
- Rappel des principes de la sophrologie
- La difficulté de définir vient du fait de l'emprunt à différentes disciplines
- Le sophrologue est un accompagnateur, un pédagogue, un formateur
- Quelle est la valeur ajoutée du sophrologue par rapport aux autres professions ?
- Le savoir-faire et le savoir-être - le savoir-transmettre
- Le niveau-sophro-liminal, la conscience, la dimension existentielle, la phénoménologie, le lien corps-esprit

Christian Gagnaire (CEPS) donne lecture de la définition établie par la CEPS

Des mots sont écrits au tableau. Une tentative de définition chasse l'autre.

Au final, il apparaît qu'il est difficile de définir ce qu'est le sophrologue et/ou ce qu'il fait, car d'autres professions répondent à ces définitions, au moins partiellement. La spécificité du sophrologue est plus facile à mettre en évidence par ce qu'il n'est pas.

Ces échanges, souvent animés et passionnés, posent plus de questions qu'ils n'amènent de réponses. Cependant, il apparaît qu'il y a trois niveaux de définition : pour la personne qui vient consulter le sophrologue, pour le stagiaire potentiel qui se renseigne sur le métier, pour les pouvoirs publics, les institutionnels qui veulent savoir ce qu'est un sophrologue et ce qu'il fait.

Rendez-vous est pris pour avancer sur la question lors de prochains Etats Généraux.

Pour finir, l'aspect juridique et formel est posé comme thème à développer pour que les écoles soient "dans les clous".

La question de la création d'une fédération est également posée, même si pour le plus grand nombre des participants; les trois structures organisatrices semblent "suffire".

CONCLUSIONS

La conclusion de : Benoît FOUCHÉ, Président de la SFS

Mon impression générale sur cette nouvelle cession d'états généraux de la formation :

Cette réunion de 40 écoles ou presque sur 80 par les 3 grandes instances de la Sophrologie française a été un succès. Si les directeurs d'écoles se sont déplacés, c'est qu'ils attendent des résultats : améliorer leur prestation et être mieux reconnu. Il se dégage surtout qu'une profession est en train d'apparaître dans le champ social qui se distinguera des psychothérapeutes et des coachs : on pourrait l'appeler **Accompagnateur de vie - sophrologue**.

La conclusion de : Bernard SANTERRE, Président du SSP

"Le succès de ces deuxièmes états généraux de la formation en sophrologie montre l'intérêt des écoles pour se professionnaliser davantage.

Proposer des formations sérieuses, complètes est un réel souci, tout à l'honneur des participants.

Je remarque qu'à l'issue de notre rencontre, les questions sont probablement plus nombreuses que les réponses. Personnellement, je trouve cela dynamisant et montre la vitalité de notre profession.

Quelques exemples :

Comment définir le "sophrologue" ? Quels sont ses champs d'application en relation ou non avec sa formation de base ? Existe-t-il vraiment des spécificités en sophrologie ? Quelles spécialisations, quels approfondissements proposer et comment les mettre en forme ? Comment échanger des informations techniques et pratiques ? Comment valoriser les écoles qui se donnent la peine de faire évoluer les formations selon les critères posés par les EG ?

La réflexion est ouverte et devra le rester afin d'éviter que ne se sclérose la dynamique mise en route.

De même, il nous faut réfléchir sur un code de déontologie, et/ou une charte d'éthique, pourquoi pas sur un "code de bonne conduite".

J'ai noté également le désir de certaines écoles de se rencontrer par région. La liste des participants aux EG transmise à chacun devrait favoriser la mise en place de ces rencontres, à leur libre initiative.

Quoiqu'il en soit, je crois que tout le travail réalisé et à venir va dans le sens de formations de qualité dont il ne faudrait pas oublier que les bénéficiaires seront les futurs sophrologues qui nous font confiance, et surtout le public qui fait appel aux sophrologues.

Un grand merci à tous ceux qui s'engagent sur le chemin du professionnalisme, et donc de la qualité."

La conclusion de : Christian GAGNAIRE, Président de la CEPS

Ces deuxièmes états généraux de la formation en sophrologie ont été un succès, d'une part par la représentativité des écoles (celles qui étaient présentes l'année dernière ainsi que les nouvelles venues), d'autre part par la qualité du travail qui a été effectué.

Il est vrai qu'une journée c'est vraiment très court pour aborder tous les thèmes qui seraient à mettre à nos ordres du jour, mais l'important c'est avant tout que ce processus de professionnalisation qui est lancé continue et s'enrichisse au fur et à mesure de nos rencontres.

Au vu de ce qui s'est exprimé, je constate combien il est important que nous réfléchissions à comment se définit un sophrologue, ses domaines de compétence, ses prérogatives mais aussi ses limites d'action et quel est le fond commun méthodologique et technique sur lequel nous pourrions nous mettre d'accord.

Ce qui compte, c'est que nous nous sommes engagés dans un processus professionnel historique et il importe de continuer à avancer en nous appuyant sur nos bases communes.

Merci à tous ceux qui se mobilisent dans cette aventure, et à Bernard Santerre pour son organisation.

Christian GAGNAIRE
Président de la CEPS