

# 4<sup>e</sup> ETATS GENERAUX DE LA FORMATION EN SOPHROLOGIE

Paris – 4 et 5 juin 2013

COMPTE-RENDU et CONCLUSION  
des travaux

Organisation :

SOCIETE FRANCAISE DE SOPHROLOGIE

FEDERATION DES ECOLES PROFESSIONNELLES EN  
SOPHROLOGIE

ALLIANCE PROFESSIONNELLE EUROPEENNE DES  
ECOLES EN SOPHROLOGIE

**4<sup>e</sup> Etats Généraux de la Formation en Sophrologie**  
**4 et 5 juin 2013 - Paris - FIAP**

<b>Compte rendu</b>
---------------------

Cette année encore a vu la présence motivée de 24 Directeurs d'Ecoles en Sophrologie, à Paris, dans le cadre des quatrièmes Etats Généraux de la Formation en Sophrologie, afin de réfléchir autour de trois grands thèmes :

- Les « courants » ou spécialités de la sophrologie
- Les spécialisations proposées en sophrologie
- La formation des formateurs et des directeurs d'écoles.

Les 3 organismes à l'initiative de ces EGF cette année sont la Société Française de Sophrologie (**SFS**) la Fédération des Ecoles Professionnelles en Sophrologie, (**FEPS**) et l'Alliance Européenne Professionnelle des Ecoles en Sophrologie (**APEES**) qui s'est constituée après les derniers Etats Généraux.

Lors des précédentes rencontres, la réflexion commune avait permis de dégager des critères communs pour définir une formation de qualité et convenir d'une harmonisation des contenus, pour que le public intéressé puisse s'assurer de la pertinence des enseignements.

C'est ainsi qu'ont été retenus:

- L'exigence d'un nombre d'heure minimum (300 h.), réparties su 24 mois, durée au minimum nécessaire, pour une bonne intégration de notre discipline,
- Et des contenus communs essentiels, à qui veut exercer le métier de sophrologue,

Un "socle commun" à toute formation a été ainsi défini...

Chaque Centre de Formation néanmoins, a sa pédagogie propre et ses spécificités, ce qui fait la richesse de l'offre, mais méritait aussi d'être débattu.

Ainsi certaines écoles se présentent comme Caycedienne, d'autres insistent sur l'aspect social ou pédagogique de leur approche, d'autres enfin tiennent à intégrer le travail sur l'inconscient et l'approche en milieu médical, et forment à la Sophrothérapie et à la Sophro-Analyse.

Les Directeurs d'école présents lors de ces 4<sup>e</sup> Etats Généraux ont donc réfléchi autour des 3 thèmes suivants:

- Les « courants » ou spécialités de la sophrologie
- Les Spécialisations en Sophrologie
- La formation des formateurs et des directeurs d'école

Pour chaque thème, le grand groupe s'est divisé en 4 commissions, chaque commission étant pilotée par un animateur et un rapporteur, facilitateurs des échanges.

Chaque thème travaillé en Commission a fait l'objet d'une synthèse générale suivie de préconisations.

Une information et des échanges ont eu lieu en réunion plénière sur la Charte Déontologique élaborée par l'APEES, et sur les démarches RNCP et en cours d'Instruction pour la SFS, qui a fait la démarche pour ses écoles adhérentes, et de l'inscription au Répertoire, obtenue par Patrick André CHENE pour son école

**La réflexion sur les courants** a permis de comprendre que :

- Pour les uns, le mot "courant" exprime un courant de pensée, une conceptualisation de la sophrologie en fonction d'une approche soit philosophique, la *phénoménologie*, soit comportementale, ou encore psychodynamique.
- Et pour les autres, le courant est déterminé par les champs d'application de la sophrologie, à savoir la sophrologie sociale et pédagogique, la sophrologie thérapeutique et la sophrologie analytique.

**La réflexion sur les spécialités** a permis de faire la différence entre une spécialisation qui suppose de nouvelles connaissances et un degré d'expertise dans un domaine et un perfectionnement qui permet d'approfondir les pratiques et actualiser ses connaissances, pour le sophrologue

Enfin, **la réflexion sur la formation des formateurs et des directeurs d'écoles** a clairement mis en avant la nécessité pour être formateur d'avoir une pratique professionnelle en tant que sophrologue d'au moins 3 années, et en tant que directeur d'écoles en sophrologie, d'avoir une expérience dans le domaine professionnel de la sophrologie de plus de 5 ans.

## **Thème 1 : Les courants en Sophrologie**

Malgré les différentes commissions et les différents échanges, il a été constaté la difficulté de définir clairement la notion de « courant ».

Pour certains, le courant se rapproche d'un courant de pensée (une conceptualisation de la sophrologie, une philosophie). Et pour d'autres le courant s'appuie sur les champs d'application de la sophrologie.

Il a été ainsi évoqué dans un premier temps les courants suivants :

- Phénoménologique
- Psychodynamique
- Comportemental

Il a aussi été dégagé l'existence d'une orientation

- socio-pédagogique
- clinique (sophrothérapie, sophro-analyse).

La majorité des écoles ne s'inscrivent pas explicitement dans un courant.

Cependant il a été mis en évidence dans les commissions l'existence de 3 grands champs :

- Sophro-social et pédagogique.
- Sophrothérapeutique.
- Sophro-analytique.

Il a été constaté qu'il ne fallait pas « normer » les courants ou s'inscrire obligatoirement dans un courant particulier.

Les courants restent donc un axe de travail à approfondir

## **Thème 2 : Les modules de Spécialités en Sophrologie**

### Définition de la **Spécialisation**

- Elle sert à renforcer la pratique sophrologique pour aller plus loin dans un domaine donné, adapté aux besoins et attentes du grand public.
- Elle permet d'approfondir les connaissances et les compétences sur un thème donné, par des apports théoriques venant de points de vue différents et croisés, associés à une adaptation des techniques sophrologiques (déjà connues et ajustées en fonction spécifique du thème ou nouvelles techniques).
- Elle vient après le cycle fondamental.

Le **Cycle Supérieur** ou l'enseignement des techniques de Relaxations Dynamiques 5 à 12 ne font pas partie de la spécialisation.

La **Spécialisation** n'est pas une initiation, et il faut distinguer la spécialisation du **Perfectionnement**.

Le **Perfectionnement** correspond à un temps de formation court (peut être d'1 jour minimum et plus) et consiste en l'approfondissement d'une approche sophrologique par rapport à ce qui a été abordé dans le cursus fondamental, ou à une réactualisation des connaissances faisant partie de la formation continue pour le sophrologue.

La **Supervision** n'est pas une spécialisation. Par contre, elle est fortement souhaitée dans le cadre d'une spécialisation.

### **Thèmes de Spécialisations (non exhaustifs) :**

- Sophrologie et Stress
- Sophrologie et Entreprise
- Sophrologie Social
- Sophrologie et Enfant, Adolescent
- Sophrologie en Pédagogie/Apprentissage/Echec scolaire
- Sophrologie, Périnatalité et Parentalité
- Sophrologie et Sport
- Sophrologie et Créativité
- Sophrologie et Sommeil
- Sophro-analyse

## **Préconisations :**

### 1) **Durée minimum du cycle de spécialisation**

(la spécialisation pouvant être enseignée en plusieurs modules)

Sur les propositions mises au vote, les résultats ont donné sur 18 votants

- Durée minimum de 70h : 9 écoles
- 120h : 6 écoles
- 150h : 0 école
- 3 abstentions

Afin d'alimenter le débat, une information a été apportée par un participant : une formation professionnelle qui peut être prise en charge, par exemple par le FONGECIF, doit proposer au minimum 120 heures de cours.

La décision n'a malgré tout pas été actée à la majorité. **Elle sera à débattre ultérieurement.**

### 2) **Intitulé**, voté à l'unanimité des présents ou représentés :

« Cycle de spécialisation en .... » ou « Cycle de spécialisation sur ... »

### 3) **Pré-requis**, voté à l'unanimité des présents ou représentés:

Concernant les Stagiaires : avoir terminé le cycle fondamental avant de démarrer la spécialisation

Concernant les Formateurs : être sophrologue ayant les connaissances et les compétences nécessaires sur le thème de spécialisation et dans certains cas, s'adjoindre une personne extérieure spécialiste du domaine, non sophrologue, sensibilisée au monde de la sophrologie.

### 4) **Validation des compétences acquises** voté à l'unanimité des présents ou représentés :

- Évaluation et validation par QCM, études de cas, mise en situation professionnelle

### 5) **Document décerné à la fin d'une spécialisation** voté à l'unanimité des présents ou représentés :

- Attestation de fin de cycle

### 6) **Titre** voté à l'unanimité des présents ou représentés :

Pas de titre mais une **Attestation de Fin de Cycle de Sophrologue Spécialisé en**

## **Thème 3 : FORMATION DES FORMATEURS ET DIRECTEURS D'ÉCOLES**

### **État des lieux :**

#### **1- Exigences par rapport à l'exercice du métier de sophrologue**

La majorité des formateurs ont une activité en cours de sophrologue. La durée minimum, d'exercice du métier de sophrologue avant d'enseigner la méthode à de futurs praticiens, varie de 2 à 4 ans selon les écoles.

#### **2- Exigence par rapport à la formation reçue**

Le choix se porte sur des sophrologues formateurs qui ont suivi des cursus de 300 heures sur 24 mois, pour répondre aux préconisations des EGF2, ayant un minimum de 2 à 3 ans d'expériences professionnelles. Il n'y a pas d'expérience spécifique de formateur exigée d'une manière générale.

#### **3 – Formation au Programme de l'École**

La formation des formateurs au programme et à l'esprit de l'enseignement dispensé par l'école est assurée par des réunions pédagogiques, des stages d'observations, du travail en binôme avec des formateurs expérimentés, des supervisions.

#### **4 – Vérification de la compétence du formateur**

La compétence des formateurs au programme et à l'esprit de l'enseignement dispensé par l'école est assurée par une fiche d'évaluation remplie par les stagiaires portant sur le contenu enseigné et parfois, sur les compétences du formateur. Il lui est souvent demandé d'animer une séquence de formation avant de lui confier un premier groupe.

#### **5 – Contenu Pédagogique**

Le contenu du programme enseigné aux stagiaires de l'école par le formateur est plutôt imposé au formateur pour le cycle fondamental, en cohérence avec un programme pédagogique général, ou libre pour les modules de spécialisations. Certaines écoles fournissent le support aux formateurs, d'autres non. Le formateur est laissé libre dans sa façon d'animer, quelle que soit l'école, le directeur pédagogique ayant validé préalablement le contenu et les documents remis aux stagiaires.

#### **6 – Matériel Pédagogique**

Le matériel nécessaire au formateur (vidéo projecteur, ordinateur) lui est souvent fourni.

## **7 – Intervenants autres qu'en sophrologie**

Certaines écoles font intervenir des formateurs dans une autre discipline que la sophrologie, souvent pour le cycle supérieur, ou dans les disciplines suivantes : psychologie, réglementation juridique, modalités d'installation professionnelle.

### **Préconisations :**

**1) Les formateurs devront justifier d'une pratique professionnelle en tant que sophrologue d'au moins 3 années.**

Adopté à l'unanimité 18 voix

**2) Aucune formation spécifique de formateur n'est exigée**

Pour : 16 Contre: 2

**3) Les actions de formation doivent faire obligatoirement l'objet d'une évaluation**

Adopté à l'unanimité (18 OUI), d'autant plus que c'est une obligation réglementaire

**4) Un directeur d'école doit être un sophrologue ayant une expérience professionnelle de sophrologue**

Pour : 16 Contre: 2

**5) La fonction de directeur d'école peut être distincte de la fonction d'enseignant, dès lors que le dirigeant est lui-même sophrologue**

Adopté à l'unanimité (18 OUI)

**6) Il est recommandé aux dirigeants d'école d'avoir ou d'acquérir les compétences et les connaissances en lien avec la réglementation propre aux organismes de formation**

Adopté à l'unanimité (18 OUI)

*Par ailleurs :*

Il est demandé par une majorité d'école qu'une formation à la mise en place des normes et au respect de la réglementation imposée par la DIRECCTE aux écoles de formation, soit organisée et proposée aux Ecoles.

**7) La création d'une école de sophrologie ne pourra se faire qu'après une durée minimum de 5 ans après la fin de la formation de sophrologue et de 5 ans d'exercice de la profession**

Adopté à la majorité (11 voix)



## CONCLUSION

À l'issue des EGF3, 21 écoles avaient manifesté le souhait de se regrouper dans une « structure inter-écoles », 19 d'entre elles se sont réunies et l'APEES a été constitué.

Une réflexion commune a permis l'élaboration d'une Charte Déontologique de la Formation, qui a été présentée lors des EGF 4 que l'APEES a co-organisé;

Organiser une formation qualifiante nécessite une solide connaissance des aspects juridiques administratifs ou fiscaux dans ce domaine

S'installer comme Sophrologue suppose une bonne information en matière de communication, de gestion et des différents statuts possibles.

C'est pourquoi les Ecoles réunies lors de ces journées, ont manifesté le désir que les structures organisatrices puissent sous une forme à définir, former et informer les écoles qui auront choisi d'appliquer les préconisations et critères retenus à l'issue des Etats Généraux, pour l'enseignement de la Sophrologie.

L'unanimité s'est faite pour continuer la réflexion en laissant un peu de temps pour que chacun organise ses formations .

L'organisation des prochains EGF est envisagée dans un délai de 3 ans, la date n'ayant pas été fixée par le groupe en présence.

L'année, 2016 nous permettra en fonction de l'actualité de la Formation de nous retrouver nous l'espérons de plus en plus nombreux, afin de poursuivre la dynamique d'amélioration des formations de Sophrologues Professionnels

Un grand merci à tous les participants pour leur esprit de tolérance, leur disponibilité, leur dynamisme et leur créativité et à très bientôt!