



Institut Caycedo

FRANCE

INSTITUT CAYCEDO FRANCE

100 rue Bobillot 75013 PARIS

E-mail : sophrocaycedienneparis@gmail.com

Téléphone : 01 89 16 64 44 - Mobile : 06 03 73 10 58

www.institut-caycedo.fr

Qualiopi 
processus certifié

 **RÉPUBLIQUE FRANÇAISE**

La certification qualité a été délivrée
au titre de la catégorie : **ACTIONS DE
FORMATION**



Formation professionnelle en Sophrologie Caycédienne®

Cycle fondamental

ACCESSIBILITÉ DE LA FORMATION AUX PERSONNES HANDICAPÉES.

Lors de nos 1ers contacts, nous vous proposerons un entretien afin de prendre en compte les spécificités de votre handicap et de déterminer les éventuels aménagements ou dispositions à mettre en place. Les sites sur lesquels nous proposons nos formations respectent les normes d'accessibilités aux personnes à mobilité réduite.

Référentes Handicap : Mme Sophie Grauss : 06 03 73 10 58 - Mme Nelly Sebon : 06 84 25 11 87

SOMMAIRE

Présentation de la formation (Publics, prérequis, conditions et délais d'admission, objectifs, effectifs, moyens pédagogiques, sanction, durée, travail personnel, calendrier, coûts, lieux, ...)	P.4 & 5
Modalités pédagogiques et programme de la formation	P.6 & 7
Notre équipe pédagogique, accompagnement du stagiaire Évaluation et contrôle continu, sanction de la formation	P.8 & 9
Programme détaillé de la formation	P.10 & 11
Champs d'intervention du professionnel en sophrologie	P.12
L'Institut en chiffres et en mots...	P.13
Règlement intérieur	P.14 & 15

Il est important de distinguer la pratique personnelle de la Sophrologie qui vise son propre développement (gérer son stress, ses difficultés, améliorer ses performances, renforcer sa confiance, ...), **d'une formation professionnelle** dont l'objectif est de se former en tant que professionnel en sophrologie et/ou d'utiliser la Sophrologie Caycédienne comme une pratique complémentaire à sa spécialité. Cependant, dans le cadre de sa formation, l'apprenant doit d'abord expérimenter la Méthode par un entraînement personnel, avant de pouvoir exercer le métier de sophrologue et accompagner des personnes.

PRÉSENTATION DE LA FORMATION

PUBLIC

- **Personnes souhaitant exercer en tant que professionnel en sophrologie, à titre principal ou complémentaire, dans le champ de la prévention** (métiers de l'entreprise, des organisations, de la création, du bien-être, ...).
- **Professionnels des champs médical, paramédical, social, éducatif, sportif** (médecins, soignants, psychologues, assistants sociaux, éducateurs, enseignants, animateurs, professionnels du sport, ...), **qui souhaitent utiliser la Sophrologie comme une compétence complémentaire à leur spécialité.**

PRÉ-REQUIS - CONDITIONS D'ADMISSION - DÉLAIS D'ACCÈS

Être titulaire du Baccalauréat ou équivalence. Les personnes ne remplissant pas ce prérequis, mais qui sont motivées pour entreprendre cette formation, devront justifier du niveau Baccalauréat. Elles seront reçues en entretien approfondi avec le responsable pédagogique pour évaluer leurs aptitudes à suivre la formation.

Le dossier de candidature comprend : le devis signé, un CV, une lettre de motivation, la copie du Bac ou du diplôme le plus élevé, le bulletin de pré-inscription (à télécharger sur le site : www.institut-caycedo.fr), une attestation d'assurance Responsabilité Civile et une photo d'identité.

L'accès à la formation sera validé après réception et acceptation du dossier de candidature par l'administration et la direction pédagogique. Un rendez-vous avec la directrice pédagogique sera alors proposé, afin de finaliser le programme d'accompagnement **et valider l'inscription par la signature du contrat, du règlement intérieur et des CGV.** Une lettre d'admission définitive sera envoyée par mail au futur apprenant. L'inscription sera effective au moment de la signature du contrat, après le versement d'un acompte de 455 €, (dans le cadre d'un autofinancement).

OBJECTIFS DE LA FORMATION

La formation en sophrologie dispensée par l'Institut a pour objectif, d'acquérir l'ensemble des compétences professionnelles fondamentales permettant d'exercer en tant que professionnel en sophrologie ou d'utiliser la sophrologie dans son domaine d'intervention (médical, social, éducatif, ...).

Ces compétences professionnelles sont organisées et regroupées autour de 3 objectifs opérationnels :

- Conduire un premier entretien et concevoir un projet d'accompagnement répondant aux attentes du(des) client(s).
- Animer une séance de sophrologie et mettre en œuvre le projet d'accompagnement en l'ajustant si nécessaire.
- Créer, développer et pérenniser son activité professionnelle.

EFFECTIFS

Groupes de 12 à 15 personnes maximum.

Nos apprenants sont suivis individuellement. Chaque groupe intègre des personnes d'horizons professionnels différents.

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

Salles de formation, paperboards, supports de cours disponibles sur nos plateformes en ligne (entraînements, enregistrements de pratiques, auto-évaluation, suivi du tutorat par visioconférences, ...).

SANCTIONS DE LA FORMATION

- L'Institut Caycedo France à Paris **délivre une attestation de formation « Aptitudes à la pratique professionnelle en sophrologie ».**

DURÉE DE LA FORMATION HORS TRAVAIL PERSONNEL (210 HEURES)

- **30 jours de formation (28 jours en présentiel + 2 jours de validation finale avec mise en situation) soit 210 heures d'enseignement à l'Institut (7h/jour).**

Cette formation permet d'accéder aux cycles radical et existentiel de la Sophrologie Caycédienne® tels que conçus par le professeur Caycedo, créateur de la sophrologie. Elle permet d'approfondir ainsi sa formation, et de devenir un **sophrologue caycédien**.

PRÉSENTATION DE LA FORMATION

TRAVAIL PERSONNEL (± 300 HEURES)

- Echanger régulièrement avec son tuteur ou responsable pédagogique, sur son entraînement personnel et les difficultés éventuelles.
- S'entraîner à guider les techniques sophrologiques, individuellement (chez soi), ou en groupe d'apprenants (en présentiel ou en salles virtuelles dédiées) et déposer les phénodescriptions sur la plate-forme e-learning).
- Faire un travail de lecture, recherche, réflexion.
- Réaliser un stage pratique (8 séances) de façon optionnelle, en immersion professionnelle, sur la 2^{ème} partie du cursus, auprès d'un groupe (6 personnes maximum), ou en suivi individuel. Il s'agira d'expérimenter la posture du sophrologue en situation réelle. Ce stage, encadré par un responsable pédagogique, comprend l'élaboration, la conduite et l'analyse des séances). Il peut faire l'objet d'une convention de stage. Le compte rendu détaillé de cette expérience pourra faire l'objet d'un travail de recherche.
- Rédiger un travail de fin de formation

CALENDRIER DE LA FORMATION

30 jours en présentiel (dont 2 journées dédiées à l'installation du sophrologue).

Formule « week-end » - 13-16 mois (14 week-ends de 2 jours/mois : samedi et dimanche de 9h00 à 17h00 (pause repas 1h) + 2 jours en visioconférence ou en présentiel pour l'installation du professionnel = 30 jours).

Démarrage avril 2026 (N° Session DOKELO : SE_0001295971)

18-19 avril 2026 / 23-24 mai / 20-21 juin / 11-12 juillet / 29-30 août / 26-27 septembre / 24-25 octobre / 21-22 novembre / 19-20 décembre 2026 / 16-17 janvier 2027 / 13-14 février / 13-14 mars / 10-11 avril / 01-02 mai / 22-23 mai 2027 (Examen final).

Démarrage octobre 2026 (N° Session DOKELO : SE_SE_0001548408)

10-11 octobre 2026 / 14-15 novembre / 5-6 décembre 2026 / 9-10 janvier 2027 / 6-7 février / 20-21 mars / 24-25 avril / 22-23 mai / 19 juin / 10-11 juillet / 4-5 septembre / 2-3 octobre / 13-14 novembre / 18-19 décembre 2027 / 5-6 février 2028 (examen final).

Formule « semaine » - 12-15 mois (14 sessions de 2 jours/mois : mardi et mercredi de 9h00 à 17h00 (pause repas 1h) + 2 jours pour l'installation du professionnel).

Démarrage mai 2026 (N° Session DOKELO : SE_0001418129)

26-27 mai 2026 / 23-24 juin / 14-15 juillet / 01-02 septembre / 22-23 septembre / 20-21 octobre / 10-11 novembre / 01-02 décembre 2026 / 22-23 décembre 2026 / 12-13 janvier 2027 / 09-10 février / 02-03 mars / 30-31 mars / 20-21 avril / 25-26 mai 2027 (Examen final).

Démarrage novembre 2026 (N° Session DOKELO : SE_0001542102)

3-4 novembre 2026 / 8-9 décembre 2026 / 5-6 janvier 2027 / 16-17 février / 23-24 mars / 13-14 avril / 18-19 mai / 15-16 juin / 6-7 juillet / 31 août-1^{er} septembre / 28-29 septembre / 26-27 octobre / 23-24 novembre / 14-15 décembre 2027 / 8-9 février 2028 (examen final).

Formule « hybride » - 13-15 mois (48 sessions d'1/2 journée tous les lundis soir en visio de 18h00 à 21h30 + 3 modules de 2 jours pour devenir sophrologue).

Démarrage janvier 2026

26 janvier 2026 / 2 février / 9 février / 16 février / 23 février / 2 mars / 9 mars / 16 mars / 23 mars / 13 avril / 20 avril / 27 avril / 4 mai / 11 mai / 18 mai / 1 juin / 8 juin / 15 juin / 22 juin / 29 juin / 6 juillet / 13 juillet / 20 juillet / 27 juillet / 31 août / 7 septembre / 14 septembre / 21 septembre / 28 septembre / 5 octobre / 12 octobre / 19 octobre / 26 octobre / 2 novembre / 9 novembre / 16 novembre / 23 novembre / 30 novembre / 7 décembre / 14 décembre / 21 décembre 2026 / 4 janvier 2027 / 11 janvier / 18 janvier / 1 février / 8 février / 15 février / 22 février 2027

Module 1 "professionnalisation du sophrologue - Etudes de cas" : 1^{er}-2 mars 2027 (2 j. en présentiel) - Module 2 "Installation" : 5-6 avril 2027 (2 j. en visio) - Module 3 "jury d'examen" : 26-27 avril 2027 (2 j. en présentiel).+

COÛT DE LA FORMATION

30 jours de formation en présentiel dont 2 jours pour l'installation du professionnel **soit 210 h.**

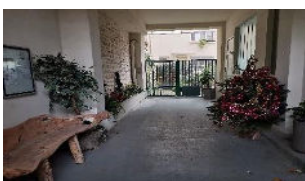
6 435 € (30,64 € / heure).

Tarif préférentiel pour les personnes se finançant la formation : 4 455 €* (21,21 € / heure).

(*Frais d'inscription compris : 455 €).

LIEUX DE LA FORMATION

Institut Caycedo France : 100 rue Bobillot 75013 PARIS



CONTACT

Mme Sophie GRAUSS, Directrice administrative - Tél. : 06 03 73 10 58 - Email : sophrocaycedienneparis@gmail.com

UNE MÉTHODOLOGIE QUI INTÈGRE 3 DIMENSIONS

1 - Approche théorique

Son but est de définir le champ conceptuel servant de base à la pratique, à travers la compréhension des fondamentaux et de la sémantique de la Sophrologie Caycédiennne®. C'est aussi l'occasion de se confronter à une réflexion éthique et déontologique.

2 - Apprentissage technique

Apprendre à utiliser les techniques fondamentales de la Sophrologie Caycédiennne®.

3 - Adaptation professionnelle

Utiliser et adapter les techniques fondamentales de la Sophrologie Caycédiennne® dans un cadre professionnel.

3 AXES PÉDAGOGIQUES ESSENTIELS

La pratique professionnelle de la Sophrologie Caycédiennne® implique une dimension importante de travail personnel qui conditionne la posture. Pour répondre à notre objectif de professionnalisation, la formation s'appuie sur 3 types de compétences :

1 - Le savoir

La pratique de la Sophrologie Caycédiennne® s'appuie sur un ensemble de concepts et de principes théoriques, méthodologiques et pratiques. L'apprenant devra :

- Appréhender les fondements conceptuels, épistémologiques et historiques du Cycle Fondamental de la Sophrologie Caycédiennne.
- Enrichir ses connaissances avec les éléments de sciences humaines et sociales en lien avec le Cycle Fondamental de la Sophrologie Caycédiennne.
- Maîtriser les RDC 1 à 4 et leurs techniques spécifiques (les 4 premiers degrés de la Méthode Caycedo).
- Intégrer le code de déontologie du sophrologue caycédien dans son exercice professionnel.

2 - Le savoir-faire

La pratique de la Sophrologie Caycédiennne® est structurée par une méthodologie précise et rigoureuse constituée de techniques qui s'inscrivent dans une progression. Le stagiaire devra :

- Identifier les besoins du sophronisant.
- Concevoir et adapter un parcours d'accompagnement.
- Appliquer la théorie et les techniques du Cycle Fondamental.
- Adapter ces techniques à des situations singulières, individuelles et de groupes pour atteindre les objectifs fixés.
- Développer et gérer une activité professionnelle de sophrologue.

3 - Le savoir-être

La pratique de la Sophrologie Caycédiennne® implique une dimension importante de travail personnel, garante de la qualité et de l'éthique de l'accompagnement. Il s'agira pour l'apprenant de :

- Agir avec professionnalisme et éthique.
- Maîtriser et appliquer le code déontologique.

DES COMPÉTENCES PROFESSIONNELLES FONDAMENTALES

La formation en sophrologie dispensée par l'Institut, vise à l'acquisition des compétences professionnelles fondamentales permettant d'exercer en tant que professionnel en sophrologie et d'utiliser la sophrologie dans son domaine d'intervention (médical, social, éducatif, ...).

Ces compétences professionnelles sont organisées et regroupées autour de 3 grands objectifs opérationnels :

- Conduire un entretien et concevoir un projet d'accompagnement répondant aux attentes du(des) client(s).
- Animer une séance de sophrologie et mettre en œuvre le projet d'accompagnement en l'ajustant si nécessaire.
- Créer, développer et pérenniser son activité professionnelle.

Le contenu de la formation est le même pour tous les apprenants

OBJECTIFS SPÉCIFIQUES À LA FORMATION

Objectif 1 : conduire un entretien et concevoir un projet d'accompagnement répondant aux attentes du(des) client(s).

- Réaliser l'anamnèse sophrologique fondamentale du(des) client(s) pour recueillir l'ensemble des informations nécessaires à la conception d'un projet d'accompagnement sophrologique, en utilisant un questionnaire spécifique et structuré.
- Exposer le cadre de l'accompagnement sophrologique au(x) client(s) pour lui(leur) donner une vision claire et réaliste et permettre son(leur) adhésion, en évoquant les grands principes et le déroulement de l'accompagnement.
- Valider un engagement réciproque pour concevoir un projet d'accompagnement sophrologique.
- Concevoir un projet d'accompagnement sophrologique adapté aux spécificités du(des) client(s) et structuré séance par séance pour animer la première séance de sophrologie du projet et mettre en œuvre le projet d'accompagnement.

Objectif 2 : animer une séance de sophrologie et mettre en œuvre le projet d'accompagnement en l'ajustant si nécessaire.

- Présenter au(x) client(s) la technique à pratiquer pour donner une structure à l'expérience à vivre, en montrant les exercices et les postures corporelles à adopter.
- Guider la technique sophrologique pour permettre au(x) client(s) d'expérimenter la vivance et de mobiliser ses(leurs) capacités en respectant la méthode sophrologique.
- Réaliser une analyse vivantielle avec le(s) clients pour donner du sens à la vivance et l'(les) encourager à reproduire la pratique en utilisant une écoute phénoménologique et un questionnaire spécifique.
- Adapter ou maintenir le programme du projet d'accompagnement initialement établi pour optimiser son efficacité en utilisant les résultats de l'analyse vivantielle.

Objectif 3 : créer, développer et pérenniser l'activité professionnelle.

- Créer son activité professionnelle pour exercer en tant que professionnel en sophrologie, en respectant la législation en vigueur et en réalisant l'ensemble des études et démarches nécessaires (étude de marché, business plan, choix du statut, locaux, démarches administratives, ...).
- Créer des tableaux de bord pour suivre et développer son activité professionnelle et mettre en œuvre l'ensemble des actions nécessaires à sa pérennisation.
- Réaliser une veille documentaire et participer aux différentes manifestations de la profession pour actualiser les savoirs et les savoir-faire du professionnel et s'adapter aux évolutions du marché.

Le livret d'accueil et la maquette pédagogique de la formation sont fournis au moment de la validation de votre inscription sur notre plateforme dédiée.

Le programme détaillé de la formation sera délivré au stagiaire, au moment de la signature du contrat.

NOTRE ÉQUIPE

DIRECTRICE OPÉRATIONNELLE ET FORMATRICE

**Nelly SEBON**

Orthophoniste de formation spécialiste neurosciences et sophrologue caycédienne de la branche clinique, spécialisée dans les pathologies neurologiques et neurodégénératives, tutrice, Directrice de l'école de sophrologie caycédienne de Champagne-Ardenne à Reims.

DIRECTRICE ADMINISTRATION ET QUALITÉ ET FORMATRICE

**Sophie GRAUSS**

Journaliste d'entreprise, consultante en communication, coach en nutrition et sophrologue caycédienne de la prophylaxie sociale et de la gestion du stress.

FORMATRICES INTERVENANTES

**Sabine BRETONNIER**

Infirmière diplômée, spécialiste en santé scolaire et gestion de projets en promotion de la santé. Expert en relation d'aide et formée aux techniques psychocorporelles. Sophrologue caycédienne de la branche clinique, elle propose des ateliers associatifs au sein de la ligue contre le cancer et de l'éducation nationale.

**Myriam ELLOUZE**

Orthophoniste de formation, spécialisée en pédagogie de l'enfant, licenciée de psychologie, conteuse, sophrologue caycédienne de la branche clinique, tutrice des cycles supérieurs auprès de Sofrocay.

**Krystel COLIN**

Titulaire d'un DEA de psychologie sociale et d'un DU de neurosciences, sophrologue caycédienne de la prophylaxie sociale et de la prévention du stress.

PRESIDENTE DE L'INSTITUT

**Dr Natalia CAYCEDO**

Médecin psychiatre, D.U. neurophysiologie et neuropsychologie. Présidente de l'Académie Internationale de Sophrologie Caycédienne, Sofrocay. Elle est la fille du Pr A. Caycedo, créateur de la Sophrologie et elle continue le travail de son père, dans la réflexion pédagogique et méthodologique de son enseignement au plus près des avancées scientifiques.

ACCOMPAGNEMENT DES APPRENANTS

Tout au long de la formation, les apprenants seront accompagnés par un responsable pédagogique. Ils auront accès à une plateforme en ligne comprenant, les enregistrements des techniques, des sources documentaires, des conférences et vidéos métiers, des tests d'auto-évaluation, des travaux personnels évalués,

- Ils bénéficieront d'un suivi sur l'apprentissage de la théorie, animé par un responsable pédagogique, et d'entraînements par petits groupes, en visioconférence ou en présentiel, selon les possibilités.
- À la fin des cycles supérieurs, ils pourront bénéficier de formations professionnalisantes, de participation aux congrès de la Sophrologie Caycédienne, Master Classes, symposiums et technologies avancées.

Modalité d'évaluation initiale :

Une évaluation préalable à l'entrée en formation (sous forme de quizz) est réalisée afin d'identifier les connaissances et les besoins de chaque futur participant à la formation. À la fin du parcours, un quizz adapté sera proposé pour mesurer les acquis et compétences des apprenants.

CONTROLE CONTINU & ÉVALUATION FINALE

ÉLÉMENTS PRIS EN COMPTE DANS LE CADRE DU CONTROLE CONTINU DES CONNAISSANCES

- L'évaluation continue portera sur :
 - L'accueil, l'anamnèse, la guidance et la mise en œuvre des techniques (fiches d'évaluation).
 - La remise régulière (sur la plateforme en ligne) de phénodescriptions.
 - Les éléments théoriques abordés. Cette évaluation se fera à la fin de chaque Degré.
- Les apprenants auront la possibilité de s'auto-évaluer sur leurs connaissances théoriques, à partir de la plateforme en ligne.
- Seront également pris en compte les éléments suivants : motivation, implication, attitude relationnelle, assiduité, respect du cadre et de l'éthique de la formation.

ÉVALUATION FINALE DE LA FORMATION

Dans la 2^{ème} partie du cursus (jours 22 et 23), les apprenants pourront effectuer **un stage pratique** en milieu professionnel, en tant que sophrologue-apprenti (en 8 séances), pour venir compléter leur expertise professionnelle :

Après avoir validé leur projet en 8 séances auprès du responsable pédagogique, et après chaque séance, ils devront décrire leur expérience et de celle du(des) sophronisant(s), leur Sophro Analyse Vivantielle et leur auto-évaluation.

Rédaction de leur phénodescription finale

Ils devront rédiger et présenter devant un jury leur phénodescription finale. Celle-ci consiste à faire une analyse de leurs acquisitions théoriques et méthodologiques, lesquelles les ont amenées vers la découverte, la conquête et la transformation de leurs acquis de sophrologue.

Ce document décrit :

- Les moments forts de leur formation, les retours sur expérience des mises en situation, les « primo vivances », la compréhension des apports théoriques et leur articulation dans la pratique de la sophrologie, au niveau personnel et professionnel, le rapport de stage (s'il a lieu), et leur étude de marché relative à leur projet professionnel.

Ce travail a pour objectif de démontrer leur capacité à aborder la sophrologie caycédienne de façon phénoménologique et pédagogique, et de permettre au jury de comprendre la démarche professionnelle du futur sophrologue.

Lors de la dernière session, ces travaux seront complétés par :

- Une épreuve de mise en situation d'une heure (consultation individuelle ou séance de groupe) devra être réalisée à partir des indications données par un membre du jury jouant le rôle du « sophronisant ». La proposition faite par l'apprenant évalué, devra être justifiée.
- Une présentation de 15 à 20 min de la SAVC (Sophro Analyse Vivantielle de Caycedo) du parcours de formation de l'apprenant, et de son stage, s'il a eu lieu.

ATTESTATION DE FORMATION

L'Institut Caycedo France **délivre une attestation de formation** spécifiant si les apprenants ont satisfait aux conditions d'évaluation continue ainsi qu'à celles de l'évaluation finale (travaux écrits sus mentionnés et mises en situation). Cette attestation permet d'exercer l'activité professionnelle en sophrologie et d'accéder aux cycles supérieurs de la formation en Sophrologie Caycédienne.

PROGRAMME DE LA FORMATION

OBJECTIFS

Cette formation S'appuie sur la méthodologie de la Sophrologie Caycédienne et ses adaptations. Les compétences professionnelles qu'elle vise, sont organisées autour de 3 objectifs opérationnels :

- Conduire un premier entretien et concevoir un projet d'accompagnement répondant aux attentes du (des) client(s)
- Animer une séance de sophrologie et mettre en œuvre un projet d'accompagnement en l'adaptant si nécessaire. L'apprenant pourra réaliser un stage professionnel en immersion, et intégrera les compétences du sophrologue en exercice (savoirs, savoir-faire et savoir être).
- Créer, développer et pérenniser son activité professionnelle.

CONTENU DE LA FORMATION

Pratiquer les fondamentaux de la sophrologie : conduire un premier entretien et concevoir un projet d'accompagnement répondant aux attentes du(des) client(s).

- Vivre et s'approprier la pratique de la sophrologie (théorie et méthodologie)
- Maîtriser les enjeux de chacune des techniques qui seront proposées par un entraînement personnel supervisé et individualisé permettant de développer et maintenir sa propre compétence à sa propre gestion émotionnelle et maintien de l'alliance sophronique
- Réaliser l'anamnèse et les différentes étapes d'une séance sophrologique du(des) client(s) pour recueillir l'ensemble des informations nécessaires à la conception d'un projet d'accompagnement sophrologique, en utilisant un questionnement spécifique et structuré permettant de comprendre au mieux la problématique du client et sa demande
- Exposer le cadre de l'accompagnement sophrologique au(x) clients pour lui (leur) donner une vision claire et réaliste et permettre son (leur) adhésion, en évoquant les grands principes et le déroulement de l'accompagnement
- Valider un engagement réciproque pour concevoir un projet d'accompagnement sophrologique
- Concevoir un projet d'accompagnement sophrologique adapté aux spécificités du(des) client(s) et structuré, séance par séance, pour animer la première séance de sophrologie ou les suivantes du projet et mettre en œuvre le projet d'accompagnement
- Ajuster et adapter, au fur et à mesure de la progression, l'accompagnement sophrologique aux besoins de la (les) personne(s) par sa qualité d'écoute

Animer une séance de sophrologie et mettre en œuvre un projet d'accompagnement en l'ajustant si nécessaire. Immersion possible en stage professionnel. (Ce stage doit être obligatoirement en adéquation avec la posture du sophrologue en termes de savoirs, savoir-faire et savoir être.

- Réfléchir et adapter de façon pertinente, le programme d'accompagnement sophrologique, en fonction des cas pratiques proposés et de plus en plus complexes, sur des champs d'application divers
- Définir la pratique appropriée en fonction du champ d'application
- Présenter au(x) client(s) la technique à pratiquer pour donner une structure à la séance (postures et différentes étapes requises dans la séance)
- Se définir comme pédagogue de l'existence
- Guider la technique sophrologique et être capable de mener une séance construite selon toutes les étapes requises à l'animation ou à la consultation
- Guider la technique sophrologique pour permettre au(x) client(s) d'expérimenter la vivance et de mobiliser ses(leurs) capacités en respectant la méthode sophrologique
- Définir des axes de progression à partir des indicateurs issus de la Sophro Analyse Vivantielle
- Élaborer un programme selon les besoins du (des clients)
- Acquérir ou approfondir ou appliquer les méthodologies ou techniques inscrites au programme pour un groupe ou une intervention en individuel en situation réelle
- Définir le champ d'application d'une intervention sophrologique auprès des clients
- Développer son activité professionnelle en prospectant des clients, et être responsable du choix du champ de son stage
- Construire une proposition d'accompagnement (possibilité d'un stage en immersion professionnelle) pour animer une série de 8 séances sophrologiques réalisées sur un groupe de 5-6 personnes volontaires en atelier de groupe ou en consultation individuelle
- Anticiper le déroulement du programme sophrologique de l'intervention
- Adapter la ou les séances en fonction des ressentis des clients sur la suite du programme proposé en fonction des critères de la Sophro Analyse Vivantielle

- Accompagner le ou les clients dans le travail personnel d'entraînement sophrologique pour une application dans leur quotidien
- Conduire une réflexion critique sur les résultats obtenus auprès du ou des clients en fonction de l'accompagnement
- Mobiliser chez le ou les clients la prise de conscience des bénéfices de l'accompagnement sophrologique réalisé
- Faire preuve d'auto-critique
- S'insérer dans une équipe de professionnels et percevoir l'importance des facteurs humains et des relations sociales au sein du lieu d'intervention

Créer, développer et pérenniser son activité professionnelle

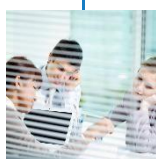
- Etudier les différents statuts du professionnel libéral, microentreprise, association, SARL... et ses obligations, afin de faire le choix de sa structure juridique
- Créer son activité professionnelle en respectant la législation en vigueur et en réalisant l'ensemble des démarches nécessaires (administratives, comptables, fiscales) y compris le calendrier des déclarations fiscales et administratives.
- Mettre en place un plan d'actions commerciales et ses différents outils de communication (logiciels, sites...) pour développer son activité et se faire connaître auprès de ses différents publics (santé, maisons de retraite, écoles, associations, entreprises, ...).
- Élaborer ses propres supports de communication (carte de visite, logo, affiches flyers...), à l'aide d'outils informatiques
- Organiser des événements et des présentations adaptés à son public (médecins, administrations, associations...), et selon différents modes de communication (rendez-vous courts, conférences, ateliers découverte...)
- Démarcher un client potentiel (dans le public ou le privé)
- Créer un réseau de partenaires sophrologues et autres pour développer, notamment, les échanges sur des cas pratiques
- Mettre à jour ses connaissances « métier » et en lien avec son champ d'intervention
- Développer et entretenir sa veille concurrentielle, réglementaire, liée au métier, ... et s'aider de mots clés.

CHAMPS D'INTERVENTION

Le professionnel en sophrologie intervient auprès de personnes de tout âge, en séances individuelles ou collectives, en cabinet et/ou sur site (entreprises, hôpitaux, établissements scolaires, associations, etc.). Il travaillera dans les limites de ses compétences et pourra intervenir dans les contextes où il a été formé. Il pourra également travailler en collaboration avec les professionnels des champs médical, paramédical, psychologique, social, éducatif, sportif et préventif, sans se substituer à eux.

De façon générale, l'accompagnement sophrologique permet d'apprendre à développer une meilleure résistance au stress. Il consiste à renforcer notre capacité à faire face aux situations difficiles. Suivant les objectifs recherchés les techniques peuvent être porteuses de sensations de vitalité et d'énergie ou de relâchement des tensions et de sérénité. Elles ont pour effet de renforcer la concentration, la motivation, la capacité à prendre du recul, etc.

Le professionnel pourra intervenir dans les contextes ci-dessous, seul ou en collaboration :

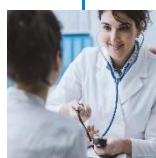


En entreprise : Le professionnel en sophrologie intervient auprès de cadres dirigeants, de managers ou de salariés pour les accompagner dans le développement de leurs capacités managériales et décisionnelles, dans la gestion de leur charge de travail ou de leur stress, dans le renforcement de leurs valeurs professionnelles, de la confiance, de la motivation de l'adaptabilité et de l'autonomie, dans la mobilisation autour d'un projet, ...



Dans le milieu éducatif : le professionnel en sophrologie concentre son intervention sur la situation réelle de l'enfant ou de l'adolescent (qualité des relations familiales, scolaires et sociales, aptitudes comportementales, émotionnelles et intellectuelles). Grâce aux techniques sophrologiques, les élèves apprennent à développer des stratégies d'apprentissage et à conquérir leur propre équilibre afin d'évoluer librement et sereinement dans leur vie quotidienne.

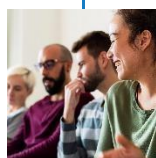
Depuis 2018, l'Institut intervient au sein de **l'Ensemble scolaire, La Salle Igny** (de l'école au lycée), dans le cadre du projet pédagogique, auprès des élèves et des enseignants volontaires. Plusieurs professionnels ou étudiants en sophrologie, de notre Académie, participent à ce projet. Début 2022, nous avons initié une formation courte, à destination des enseignants, pour apprendre à mieux gérer le stress et les émotions en classe.



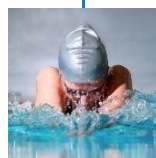
Dans le domaine de la santé : dans ce domaine les techniques sophrologiques sont dirigées par des professionnels de la santé (médecins, psychologues, kinésithérapeutes, infirmières, chirurgiens- dentistes...) ou des professionnels en sophrologie Caycédiennne travaillant en réseau avec ces derniers. Elles peuvent être appliquées seules ou de façon complémentaire à une thérapie, sous contrôle médical.

L'Institut **Gustave ROUSSY**, à Villejuif (Ile-de-France), affiche clairement la Sophrologie comme une pratique hospitalière, une infirmière-professionnelle en sophrologie intervient dans ce cadre. C'est également au sein de cet institut, que **des sophrologues formées par l'Institut**, accompagnent depuis 2016, des soignants et autres personnels pour une meilleure appréhension de leur place au travail et leur posture professionnelle.

D'autres institutions ont recours à l'accompagnement proposé par la Sophrologie Caycédiennne® : **Institut Rafael, Institut Pasteur, Novartis...**



Dans le domaine social ou associatif : les professionnels en sophrologie en lien avec les travailleurs sociaux, aident les personnes confrontées à des situations difficiles (exclusion, isolement, précarité, incarcération, ...) et dans tous les contextes d'aide à la personne (aidants, accompagnants, parents-accompagnants, ...).



Dans le domaine sportif : Au-delà des capacités techniques et tactiques, le professionnel en sophrologie accompagnera le sportif vers la connaissance de soi, le contrôle des émotions, la concentration, la motivation et la capacité de persévérance de manière à optimiser son rendement en compétition ou en entraînement. Son efficacité a été démontrée au niveau international par de nombreux athlètes de haut niveau.

L'INSTITUT EN
MOTS...

« L'enseignement proposé est remarquable, articulée entre la pratique intensive et les fondamentaux théoriques. Le travail en petit groupe participe positivement à l'apprentissage, les pratiques régulières ainsi que les examens tout au long des 18 mois permettent une prise de conscience et une approche active de la sophrologie. Merci à Nelly Sebon pour son accompagnement exigeant et très professionnel. Son regard bienveillant nous appuie dans notre évolution de sophrologue ! »
Caroline T-P

« En tout premier lieu, des enseignants expérimentés, confirmés, qui sont aussi des sophrologues pratiquants. Fondamental. Une méthodologie de formation décrite par le Professeur Caycedo, un code de déontologie, parfaitement respectés. Une formation sur 18 mois (et non pas sur 6 mois) avec un % de pratiques très élevé, un stage en milieu professionnel, un mémoire, des contrôles continus, tous suivis en temps et en heures avec des retours, des progressions proposés ultra pertinents. Les supports et l'accompagnement sont exigeants ; les formateurs donnent tout et apportent tout pour nous mener vers un succès reconçu et un niveau d'expertise recherché. Merci, merci, merci infiniment. »
Bénédict M.

VALIDATION
SCIENTIFIQUE

- Recherches qualitatives et quantitatives validant l'efficacité de la Sophrologie Caycédienne
- Collaboration avec l'Université Autonome de Barcelone
- Études publiées sur : • Réduction de l'anxiété • Traitement de l'insomnie chronique, ...
- Pour en savoir plus : <https://sofroca.com/sophrologie-et-science/>



Lorsque nous nous engageons dans cette formation, c'est avec un grand sens de la relation humaine et du respect qu'elle -mérite-. Ce respect nous l'accordons aux diverses individualités, au groupe dans sa globalité et à la cohérence de ce que nous enseignons. C'est en accord avec ces valeurs que nous vous demandons de lire attentivement ce document avant de le signer. Sa signature est un des éléments nécessaires à la procédure d'inscription (à nous retourner avec votre inscription).

Ce règlement (articles II, III et IV à IX) est établi conformément aux dispositions des articles L 6352-3, L 6352-4 et R 6352-1 à R 6352-15 du Code du Travail. Il s'applique à tous les apprenants et ce, pour la durée de la formation suivie.

Article I - Horaires des stages

En semaine :

Mardi et mercredi : 9h00 - 17h00 (pause repas 1h)

En weekend :

Samedi et dimanche : 9h00 - 17h00 (pause repas 1h). Pour des raisons pédagogiques, la durée des cours peut être prolongée, en accord avec les apprenants.

Si un ou plusieurs apprenants doivent s'absenter pendant les périodes prévues pour le stage éventuel, ils devront signer une décharge pour simple garantie de la responsabilité engagée par l'organisme de formation.

Article II - Respect des lieux

D'autres salles pouvant être occupées par d'autres intervenants, les apprenants se doivent de respecter une certaine réserve et une certaine discrétion afin de ne pas causer de gêne.

Article III - Hygiène et sécurité - Comportement et attitude - Sanctions

a) Tout apprenant est tenu à des exigences de comportement et d'attitude en ce qui concerne l'hygiène, le respect des autres apprenants et de l'environnement :

Il est interdit d'entrer dans l'établissement en état d'ivresse, de fumer dans l'entrée et dans les salles de formation, de quitter le stage sans motif.

b) Tout passage à l'acte tendant à attenter à la liberté, l'intégrité et la dignité d'un stagiaire, d'un formateur ou d'une personne de l'environnement (agression physique ou verbale, harcèlement, ségrégation de toute sorte...) fera l'objet d'une exclusion immédiate de la formation et ce, sans remboursement des sommes engagées par le responsable de l'acte.

c) Tout comportement de type sectaire ou tendant à discréditer l'éthique de la formation fera l'objet de la même -mesure.

Garanties disciplinaires : articles IV à IX

Article IV

Aucune sanction ne peut être appliquée à un apprenant sans que celui-ci ne soit informé dans le même temps et par écrit des griefs retenus contre lui.

Pour tout désaccord ou réclamation, l'apprenant pourra demander l'aide de nos médiateurs, sur le site de [SAS MEDIATION SOLUTION](#) (auquel l'Institut Caycedo France adhère).

Article V

Lorsque les responsables de l'organisme de formation envisagent de prendre une sanction, ils remettent à l'apprenant une lettre en main propre contre décharge en lui indiquant l'objet de la convocation, la date, l'heure, le lieu de l'entretien (sauf si la sanction envisagée est un avertissement qui n'a pas d'incidence immédiate sur la présence de l'apprenant pour la suite de la formation) et en précisant qu'il peut se faire assister par un autre apprenant suivant la formation.

Article VI

Lors de l'entretien, l'apprenant peut se faire assister par une personne de son choix suivant la formation.

Le motif de la sanction envisagée est indiqué à l'apprenant dont le(s) responsable(s) qui conduit(s) l'entretien, recueillent les explications.

Article VII

La sanction ne peut intervenir moins d'un jour franc ni plus de 15 jours après l'entretien.

Elle fait l'objet d'une notification écrite et motivée à l'apprenant sous la forme d'une lettre remise contre décharge ou d'une lettre recommandée.

Article VIII

Lorsqu'un agissement considéré comme fautif a rendu indispensable une mesure d'exclusion temporaire à effet immédiat, aucune sanction définitive relative à cet agissement ne peut être prise sans que l'apprenant n'ait été préalablement informé des griefs -retenus contre lui et éventuellement, qu'il ait été convoqué à un entretien et mis en mesure d'être entendu par les responsables de l'organisme de formation.

Article IX

Les responsables de l'organisme de formation informent l'employeur et éventuellement l'organisme paritaire prenant à sa charge les frais de formation, de la sanction prise.

Déroulement de la formation : articles X à XVIII

Article X - Assiduité aux cours.

a) L'inscription ne peut se faire que pour la totalité de la formation, cette règle pouvant être aménagée pour les personnes -bénéficiant d'une équivalence.

b) Pour être validée, la formation exige un nombre d'heures de formation et un nombre de session auquel il est impossible de déroger. Toute absence devra être justifiée par courrier. Pour toute raison médicale, l'apprenant devra produire un certificat. -Quatre absences non justifiées entraîneront le redoublement de l'année en cours.

c) L'apprenant s'organisera pour récupérer le contenu des stages qu'il n'aura pu suivre.

Article XI - Conditions pédagogiques, évaluations et certification.

Tout apprenant inscrit à la formation accepte sans aucune réserve les conditions pédagogiques de la formation ainsi que le -principe et les conditions d'évaluation des connaissances décrites dans la brochure informative.

Article XII - Conditions d'inscription et de règlement.

a) Toute inscription, à l'exception du cadre de la formation continue, n'est effective qu'à la réception de la lettre d'admission, de l'acompte (455 €) dont nous accuserons réception par mail et du présent règlement daté et signé par le stagiaire.

b) Le règlement de la formation peut être échelonné (paiement par virement mensuels en fonction du nombre de mois de formation), son montant reste celui indiqué sur le devis et le contrat et ne dépend pas de l'assiduité de l'apprenant.

c) Ainsi, un apprenant absent à une session (formule semaine ou week-end) ne pourra en aucun cas attendre une réduction du tarif préalablement établi.

Article XIII - Ethique de la formation.

Tout apprenant qui s'inscrit à la formation est conscient qu'il s'inscrit dans une démarche de formation professionnelle et doit faire la différence avec le développement personnel ou la thérapie qui ne sont en aucun cas l'objet de notre travail. Cependant, dans le cadre de sa formation, le stagiaire doit d'abord intégrer la Méthode par un entraînement personnel pour dévoiler sa propre conscience, avant de pouvoir exercer le métier de sophrologue et accompagner des personnes.

Article XIV - Propriété morale des documents pédagogiques. Les documents pédagogiques distribués aux apprenants, dans le cadre de leur formation, sont la propriété exclusive des formateurs qui en sont les auteurs et pour lesquels ils représentent une spécificité et un temps d'élaboration et de réflexion.

A ce titre, ces documents pédagogiques ne doivent en aucun cas être divulgués, prêtés et encore moins vendus à qui que ce soit, sans l'autorisation de leurs auteurs.



Article XV - Obligation de réserve.

Tout apprenant est tenu à un devoir de confidentialité quant à ce qui aura pu être vécu ou exprimé par les autres apprenants ou le(s) formateur(s) pendant les sessions de formation.

Article XVI - Droit à l'image

L'apprenant autorise l'organisme de formation à diffuser sur tous supports (internet, presse, brochure, mailing ...) son image dans le cadre de l'activité de l'organisme. Il peut néanmoins s'y opposer sur demande écrite.

Article XVII - Publicité du règlement

Un exemplaire du règlement est remis à chaque apprenant, avant toute inscription définitive et avant tout règlement de frais.

Article XVIII - Informatique et libertés

Les informations personnelles fournies pour l'inscription à l'une de nos formations sont exclusivement destinées à la gestion de votre dossier. Elles ne seront communiquées à aucun tiers.

Conformément à la Réglementation Européenne sur la gestion des Données personnelles (RGPD), toute personne ayant fourni des informations, dispose d'un droit d'accès, de modification, de rectification et de suppression des données fournies. Pour l'exercer, vous pouvez vous adresser par courrier au siège social de l'Institut Caycedo France : 100 rue Bobillot, 75013 PARIS, France, ou par emails : sophrocaycedienneparis@gmail.com ou contact@institut-caycedo.fr