Sophrologue praticien

Non-certifiante | Formation continue

Réf. : 2201930F — Mise à jour : 10 août 2026

Organisme responsable : **SOPHROLOGIE FORMATIONS**

Présentation de la formation

Objectifs

Devenir sophrologue professionnel
20 modules de formation en deux ans
Être sophrologue aujourd'hui, c'est bien sûr connaître la sophrologie et son adaptabilité, les définitions, fondements, lois et principes. Nous avons ajouté à la formation des **apports théoriques et pratiques en écoute active**, **communication**, **marketing**, **évènementiel**, **psychopathologie**, **phénoménologie**, **anatomie**, **physiologie**, **neurosciences cognitives**, tout cela pour comprendre encore autrement la relation entre le corps et le cerveau, d'une part, et vous préparer à concrétiser au mieux votre projet d'autre part.
Créer son emploi et devenir chef d'entreprise responsable demande aussi d'autres aptitudes et compétences aidées par le repositionnement professionnel, connaître les différents statuts juridiques possibles, c'est également savoir créer et utiliser un **business plan** concrètement, avoir les techniques de démarches commerciales, des documents publicitaires ciblés et savoir organiser un événement professionnel pour promouvoir son activité et la rendre pérenne.
Les **2 stages d'applications** sont là pour valider toutes les compétences transmises et acquises
L'obtention du Diplôme de Praticien en Sophrologie que nous délivrons permet aux stagiaires d'exercer la sophrologie
soit comme une profession à part entière
soit comme méthode complémentaire à une activité professionnelle (santé, entreprise, éducation, social, emploi, sport)

Programme

La **formation complète de deux ans pour devenir sophrologue professionnel** est composée de
20 modules de cours (environ 1 par mois) en format hybride. Ils apportent toutes les compétences théoriques et pratiques permettant au sophrologue de se définir comme un professionnel légitime à part entière.
32 heures d'entraînements dirigés (EDI) à réaliser au sein de nos cabinets partenaires. Ce suivi permet la révision pratique entre les cours et de faire l'expérience d'un groupe ou de l'individuel sur le terrain. L'attestation, signée et tamponnée, sera alors envoyée à Sophrologie Formations pour la validation du parcours.
16 heures de travaux dirigés (TDI) sous la forme d'entraînements formatifs, au sein de la promotion. Ces deux journées (par ZOOM uniquement) viennent renforcer la mise en situation de pratique professionnelle en groupe et l'apprentissage de la téléconsultation.
30 heures d'animation de stages d'application, organisés et préparés à l'initiative du futur sophrologue en **groupe (18 h)** dans la structure de son choix (école, centre socio-culturel, maison de retraite, entreprise, club sportif, etc.) et en **individuel (12h)** dans un cabinet partenaire. Une convention tripartite pour chaque stage assure l'activité.
Temps de travail personnel. Prévoir environ **750 heures** : approximativement 30 minutes de pratique quotidienne (phénodescriptions bimensuelles à envoyer), (re)lecture des cours et ouvrages recommandés, rédaction des fiches de travail. Soit idéalement une heure par jour.
La formation est compatible avec toute activité professionnelle sous réserve d'une disponibilité suffisante pour le travail personnel (formation à temps partiel en discontinu, soit 3 ou 4 jours par mois)

Certifications préparées et métiers visés

Niveau d'entrée

Niveau Bac général, pro ou techno, BP

Niveau de sortie

Sans niveau spécifique

Dates et lieux de formation

N° session	Modalité	Lieu	Du	Au
2024027S	Mixte	Bruz	17/10/2025	25/04/2027

Source : GREF Bretagne #2201930F