



19 janvier 2026

La pratique de la sophrologie et la rencontre avec les personnes en demande d'aide est souvent complexe. Le métier de sophrologue nécessite une remise en question régulière et une régulation des compétences professionnelles; ces sessions sont un soutien incontournable à une pratique régulée et cohérente.

NOUVEAU FORMAT

- Supervision et analyse de pratiques en visioconférence.
- Une session de 1h30 par mois, vous y participez quand vous voulez.

PRESENTATION DE LA FORMATION

La connaissance de la méthode apprise en formation est un élément incontournable mais insuffisant. C'est dans la pratique sur le terrain que commence une tout autre part de l'apprentissage, qui sera le quotidien du sophrologue. C'est là que se pose la nécessité de la formation professionnelle continue des sophrologues, essentiellement celle de l'analyse et de la régulation de leur pratique (nécessité de réflexion, de prise de recul, d'analyse de sa propre pratique), l'actualisation des capacités comportementales et relationnelles propres à l'accompagnement sophrologique et plus particulièrement la nécessité d'un accompagnement sur le contrôle de la relation entretenue avec la personne.

Le retour sur sa pratique

Il est nécessaire pour un sophrologue, comme pour tout professionnel de l'aide et du soin, de porter un regard critique sur sa façon de travailler. Les échanges concernant l'utilisation des techniques, à partir des cas présentés par les personnes et des difficultés rencontrées dans le champ professionnel ainsi que la connaissance de nouveaux types d'approches sont essentiels. À ce titre, ce travail en groupe, opportunité d'échanges méthodologiques et de formation continue, est le garant du savoir-faire.

Le référentiel théorique

En progression incessante, sa connaissance est nécessaire à la compréhension des processus mis en place dans l'accompagnement, ainsi que leur adaptation au cas par cas selon les personnes. La régulation de la pratique offre l'opportunité d'une réflexion théorique autour des principes mêmes de la méthode. Elle est le garant du savoir.



Le cadre éthique

Il définit la responsabilité du sophrologue ainsi que sa fonction sociale. Il est un référentiel essentiel qui donne à l'intervention du sophrologue son véritable cadre professionnel. La confrontation systématique avec ce cadre est la garante du savoir-être et de la professionnalité.

Notre responsabilité est de vous accompagner vers votre meilleur niveau de compétence, la vôtre étant d'accompagner au mieux les personnes qui vous font confiance.

Nous vous donnons rendez-vous une fois par mois. Il n'est pas obligatoire de suivre l'ensemble des sessions proposées.

PUBLIC

Toute personne ayant terminé sa formation et confrontée aux réalités du terrain.

Le groupe sera limité à 15 personnes.

OBJECTIFS

- Améliorer la qualité de l'accompagnement des personnes.
- Favoriser le lien entre la pratique et la théorie.
- Comprendre les difficultés rencontrées dans la pratique et y trouver des réponses.
- Établir le lien entre la démarche phénoménologique et l'accompagnement des personnes par l'évaluation et l'analyse vivantielle de la phénodescription.
- Donner à la pratique sophrologique plus de cohérence en pouvant suivre plus précisément l'évolution de chacune des personnes et en proposant au sein de l'entraînement (individuel ou en groupe) des applications de la méthode "sur-mesure" (L'analyse vivantielle permet d'étudier et d'orienter ou de guider la vivance phronique).
- Mieux apprécier le niveau des personnes en entraînement et, ainsi, adapter la méthodologie utilisée en fonction de leur évolution.
- Conférer à la méthodologie caycédienne une souplesse et une adaptabilité suivant les circonstances d'application : clinique, sociale ou prophylactique, individuel ou groupe, débutant ou entraîné.



CALENDRIER DE LA FORMATION

PROGRAMME

Le contenu sera déterminé par les demandes et besoins formulés par les participants.

COÛT

Formation continue : 50€ par session

Tarif préférentiel, en autofinancement : 35€ par session

LIEU

Les sessions de supervisions se dérouleront en Visio conférence avec Zoom.

ANIMATEUR

Bernard Barel Psychologue clinicien et psychomotricien, master spécialiste en Sophrologie Caycédienne, Superviseur Directeur de la branche clinique de l'école de sophrologie caycédienne de Carcassonne.

Ancien responsable pédagogique de l'Académie de Sophrologie Caycédienne de Paris pendant 10 années