

Référentiel d'activités, de compétences et d'évaluation

Sophrologue

Description de l'activité ou de la situation professionnelle à partir de laquelle le dispositif de formation visant la certification est initié :

Le sophrologue est un accompagnant qui permet à une personne ou un groupe de progresser dans ses problématiques personnelles afin d'accéder à un mieux être par une meilleure gestion de ses émotions, de ses ressources et une meilleure maîtrise du stress. Il doit savoir identifier les besoins de son audience afin de mettre en place un plan de pratique adapté, maîtriser parfaitement chacune des techniques professionnelles de sophrologie et de techniques d'ancrage des ressources pour sélectionner la méthode la plus appropriée en fonction des besoins identifiés. Il mesurera les effets sur le bénéficiaire afin d'ajuster le plan de pratique en conséquence et veillera à ce que le client s'approprie les techniques pour des effets durables. Exerçant souvent sous le statut d'indépendant, il devra assurer la gestion administrative et financière de son entreprise, développer ses compétences et ses offres pour assurer la viabilité économique de son activité.

Référentiels d'activités	Référentiels de compétences	Référentiels d'évaluation	
		Modalités d'évaluation	Critères d'évaluation
BLOC n°1 : Définir le cadre, identifier les besoins du bénéficiaire ou groupe de bénéficiaires et mettre en place un plan de pratique adapté			
A1.1 Créer un cadre optimal pour la pratique de la sophrologie	C1.1 Sélectionner un lieu approprié en choisissant du matériel adapté aux différents exercices et au public visé, en prenant en compte les situations de handicap éventuelles, dans un environnement neutre, calme et confidentiel pour accueillir des séances de sophrologie.	M1.1 Mise en situation professionnelle réelle donnant lieu à la réalisation d'un dossier constitué des pièces sous-citées. Le candidat réalise un entretien avec un bénéficiaire ou un groupe volontaire, il devra: <ul style="list-style-type: none"> • Joindre des photos ou une visite virtuelle du lieu sélectionné pour la pratique de la sophrologie • Recenser le matériel nécessaire à l'exercice de la sophrologie • Joindre la note audio de l'entretien préalable réalisé d'une durée de 40 à 55 minutes • Réaliser une synthèse des besoins identifiés chez le bénéficiaire 	Le candidat: <ul style="list-style-type: none"> - identifie et justifie du choix d'un lieu calme, confidentiel, respectant les réglementations et normes de sécurité en vigueur - dispose du matériel nécessaire pour la pratique de la sophrologie : support assis ou allongé en nombre suffisant
	C1.2 Présenter le rôle du sophrologue en expliquant les effets et les limites d'un accompagnement sophrologique et en se positionnant comme un accompagnant bienveillant, disponible et pédagogue pour créer une situation propice au dialogue et afin de délimiter le périmètre d'intervention.		Le candidat: <ul style="list-style-type: none"> - décrit le rôle du sophrologue et énonce à minima les situations traitées et les limites - énonce les règles déontologiques et juridiques de la profession
A1.2 Déterminer les objectifs poursuivis par le(s) bénéficiaire(s) dans le cadre de la pratique de la	C1.3 Conduire un entretien préalable (anamnèse) en posant des questions orientées sur leur(s) situation(s) personnelle(s) (antécédents, handicap, symptômes physiques, mentaux, émotionnels et comportementaux, contraintes, difficultés, améliorations, motivations, ressources) et en		Le candidat: <ul style="list-style-type: none"> - Analyser si la demande est recevable en se basant sur des arguments détaillés • Identifier la problématique principale retenue en détaillant les arguments ayant amenés à cette décision • Rédiger un plan de pratique adapté aux besoins du ou des bénéficiaires

sophrologie en réalisant un entretien préalable	confrontant les réponses au domaine de compétences du sophrologue pour identifier la recevabilité de la demande et déterminer l'objectif principal recherché par la sophrologie.	M1.2 Le candidat réalise une soutenance orale consistant en la présentation du rôle de sophrologue de 2 à 5 min devant un jury et répond aux questions portant sur la mise en situation professionnelle.	
A1.3 Mettre en place un plan de pratique adapté aux besoins du ou des bénéficiaire(s)	C1.4 Concevoir un plan de pratique adapté à la problématique en proposant un planning de séances à intervalles réguliers pour permettre une assimilation progressive des bienfaits des techniques de sophrologie.		Le candidat: - structure son plan de pratique en justifiant la fréquence, les objectifs des séances et la finalité recherchée
	C1.5 Exposer le plan de pratique au(x) bénéficiaire(s) en expliquant le lien entre les techniques proposées et la problématique identifiée pour obtenir leur approbation.		Le candidat: - s'assure de la compréhension et de l'approbation individuelle de chaque bénéficiaire concerné par le plan de pratique

Référentiels d'activités	Référentiels de compétences	Référentiels d'évaluation	
		Modalités d'évaluation	Critères d'évaluation
BLOC n°2 : Conduire les séances de sophrologie en sélectionnant les techniques les plus adaptées			
A2.1 Sélectionner les exercices de sophrologie adaptées au(x) bénéficiaire(s) et son contexte	C2.1 Identifier le besoin actuel du ou des bénéficiaires pour chaque séance en posant les questions permettant d'identifier les situations de blocage ou autres problématiques et en ayant recours le cas échéant aux techniques de la sophro-analyse afin de définir l'objectif de la séance et les exercices adaptés.	M2.1 Mise en situation professionnelle réelle donnant lieu à la réalisation d'un dossier constitué des pièces sous-citées. Le candidat réalise une séance avec un bénéficiaire ou un groupe volontaire, il devra: <ul style="list-style-type: none"> • Joindre la note audio de la séance d'une durée de 50 à 60 minutes • Rédiger une note de synthèse présentant 	Le candidat: <ul style="list-style-type: none"> - formule et justifie le besoin actuel du ou des bénéficiaires - définit et justifie l'objectif de la séance - sélectionne et justifie le ou les exercices de sophrologie pour la séance - Le cas échéant, présente et détaille la technique de sophro-analyse (identification des situations de blocage, point d'ancrage et conséquences)
	C2.2 Exposer le déroulé de la séance au(x) bénéficiaire(s) en décrivant et en montrant les techniques pratiquées et en expliquant les bienfaits recherchés pour obtenir leur approbation.	: les situations de blocage identifiées, détaillant la méthode utilisée pour y parvenir, proposant des exercices adaptés, identifiant les exercices qui ont été bénéfiques pour le bénéficiaire pendant la séance et choix des exercices à reproduire dans son quotidien avec les explications techniques et théoriques nécessaires en vue de son autonomisation.	Le candidat: <ul style="list-style-type: none"> - expose la chronologie de la séance, les techniques mobilisées et les bienfaits recherchés - s'assure de la compréhension et de l'approbation individuelle de chaque bénéficiaire concerné par le plan de pratique
	C2.3 Animer la séance en utilisant les techniques de sophrologie ou de techniques d'ancrage des ressources adaptées pour contribuer au soulagement de la problématique du ou des bénéficiaires.	M2.2 Le candidat réalise une soutenance orale consistant en la présentation du dossier devant un jury et répond aux questions portant sur la mise en situation professionnelle.	Le candidat: <ul style="list-style-type: none"> - guide le(s) bénéficiaire(s) dans la réalisation des exercices de sophrologie et d'ancrage des ressources (explication de la technique, démonstration de la technique, réalisation de la technique conformément à l'explication donnée en amont) - adapte le(s) exercice(s) aux réactions verbales et non verbales de son audience au cours de la séance
A2.2 Réaliser les exercices de sophrologie			

A2.3 Mesurer les effets sur le(s) bénéficiaire(s) et adapter son plan de pratique	C2.4 Conduire un entretien post-pratique pour chaque séance avec le(s) bénéficiaire(s) en le(s) questionnant sur les ressentis (physiques, mentaux et émotionnels) pour identifier les effets de la séance et réajuster le plan de pratique.		Le candidat: - questionne le(s) bénéficiaire(s) sur les ressentis (physiques, mentaux et émotionnels) - reformule les bienfaits ressentis et explique le lien avec le(s) exercice(s) de sophrologie pratiqués
	C2.5 Proposer des exercices au(x) bénéficiaire(s) réalisables individuellement et hors séance en analysant les effets de la séance et en prenant en compte leur situation personnelle pour une meilleure appropriation des techniques et une durabilité des bienfaits grâce à l'autonomie du ou des bénéficiaires.		Le candidat: - propose des exercices de sophrologie et justifie son choix en fonction des objectifs visés et de la situation individuelle du bénéficiaire - fait le lien entre les exercices proposés et les situations de la vie quotidienne du bénéficiaire - s'assure de la compréhension individuelle de chaque bénéficiaire concerné par le plan de pratique

Référentiels d'activités	Référentiels de compétences	Référentiels d'évaluation	
		Modalités d'évaluation	Critères d'évaluation
BLOC n°3 : Gérer une activité professionnelle quotidienne de sophrologue			
A3.1 Assurer la gestion administrative et financière de son activité professionnelle de sophrologue	C3.1 Assurer la gestion administrative d'une activité de sophrologue en planifiant les séances de sophrologie avec le(s) bénéficiaire(s) et en rédigeant des compte-rendu de suivi pour chaque séance en tenant compte du RGPD pour assurer la continuité des accompagnements et la satisfaction du ou des bénéficiaires.	M3.1 Mise en situation professionnelle réelle donnant lieu à la réalisation d'un dossier constitué des pièces sous-citées. Le candidat devra: <ul style="list-style-type: none"> • Rédiger un exemple de planning mensuel • Rédiger un modèle de compte-rendu de séance • Élaborer un prévisionnel 	Le candidat: <ul style="list-style-type: none"> - présente un exemple de planning mensuel et explique la répartition de son temps de travail (rendez-vous, gestion administrative et financière) - présente un modèle de compte-rendu de séance et la manière dont il l'organise le classement et l'archivage de ses compte-rendus - explique la prise en compte du RGPD
	C3.2 Assurer la gestion financière d'une activité de sophrologue en contractualisant avec les donneurs d'ordre, en facturant, en suivant les charges et les paiements et en déterminant les seuils de rentabilité pour assurer la viabilité économique de son entreprise.		<ul style="list-style-type: none"> • Identifier des indicateurs de résultats • Rédiger un modèle de contrat • Rédiger un modèle de facture • Elaborer un plan de développement des compétences • Rédiger un répertoire de professionnels en lien avec le métier de sophrologue en précisant le niveau de relation
A3.2 Améliorer sa pratique professionnelle en continue	C3.3 Concevoir un plan de développement des compétences en identifiant des formations professionnelles continues et/ou évènements professionnels pertinents et en développant son réseau pour maintenir un niveau de maîtrise	<ul style="list-style-type: none"> • Rédiger une note de synthèse sur les besoins identifiés, les moyens de collecte, les ressources internes, l'analyse des résultats et l'offre proposée • Rédiger un plan de communication • Sélectionner un exemple de support de communication 	Le candidat: <ul style="list-style-type: none"> - élabore un plan de développement des compétences (planification sur une année d'au minimum une formation et/ou un évènement professionnel avec le champ de compétences du présent référentiel et justification du choix) - formalise un répertoire de professionnels en lien

	optimal du métier de sophrologue.		avec le métier de sophrologue et justifie le niveau de relation avec chacun d'entre eux
A3.3 Développer son activité professionnelle	C3.4 Adapter son offre de prestation de service (besoin, solution, discours et tarif) en réalisant une analyse interne et externe des besoins et des ressources pour pérenniser son activité de sophrologue.	M3.2 Le candidat réalise une soutenance orale consistant en la présentation du dossier devant un jury et répond aux questions portant sur la mise en situation professionnelle.	Le candidat: - identifie les besoins du marché à minima sur les aspects suivants: économique, socio-culturel et légal - identifie les ressources internes à minima: outils de recueil de la satisfaction, ressources financières, notoriété, image, ressources humaines et compétences professionnelles - propose une offre et la justifie au regard des besoins et ressources précédemment identifiés: contenu, tarif, modalités de mise en œuvre
	C3.5 Assurer la communication externe en sélectionnant les outils adaptés (site internet, réseaux sociaux, prospection, publicités) pour développer sa clientèle, son image et sa notoriété.		Le candidat: - rédige un plan de communication (fréquence, vecteur de communication, cible et contenu) - présente un support de communication qu'il a réalisé au regard du plan de communication précédemment défini