

# Programme des formations à la Sophrologie Caycédienne initiale et professionnalisation



SE FORMER  
À LA SOPHROLOGIE  
AVEC ÉTHIQUE,  
DÉONTOLOGIE ET  
PROFESSIONNALISME

**Qualiopi**   
processus certifié

 **RÉPUBLIQUE FRANÇAISE**

La certification qualité a été délivrée au  
titre de la catégorie d'action suivante :  
Action de formation



École de sophrologie  
Caycédienne  
ESCCA-Reims

Version 7.2024

# Acquisition des Bases Fondamentales de la Sophrologie et Aptitudes à la Pratique Professionnelle de la Sophrologie



École de sophrologie  
Caycédienne  

---

ESCCA-Reims

Version 5.2023

# AVANT TOUT, VOUS COMMUNIQUER NOTRE PASSION

Notre école vous garantit un enseignement authentique et original de la Sophrologie, sophrologie actualisée et en rapport avec les avancées scientifiques actuelles en neurosciences, anatomie, physiologie du stress. Notre enseignement s'appuie sur les travaux de recherche de l'Académie Internationale de Sophrologie Caycédienne et des Docteurs Natalia Caycedo et Koen Van Rangelrooij, Présidente et Directeur de Sofrocay.

Cette formation délivre toutes les compétences utiles à l'exercice de la sophrologie en cabinet, en entreprise, en établissement de soins, maisons de retraite, dans l'univers du sport ou de la culture...

Toutes nos formatrices sont des sophrologues caycédiennes exerçant leur métier depuis de nombreuses années .

Elles sauront vous communiquer avec passion savoirs, savoir-faire et savoir être et c'est avec éthique et déontologie que mon équipe et moi-même vous accompagnons dans cette belle aventure."

En reconnaissance du travail que je déploie, j'ai la grande chance, aujourd'hui d'être la représentante de la Sophrologie Caycédienne en France à l'Institut Caydedo France.

*Nelly Sebon*

*Directrice de ESCCA-Reims*

*Directrice Institut Caycedo-France*



# A QUI S'ADRESSE LA FORMATION ?



*Profil du  
stagiaire*

- Etre un(e) professionnel(le) des secteurs médical, para-médical, social, etc...
- Personnes en reconversion professionnelle désirant développer des compétences dans la relation d'aide et gestion du stress
- Etudiants et chômeurs validant les pré-requis
- Personnes désirant se réactualiser pour accéder aux cycles supérieurs de la Sophrologie Caycédiennne.

*Pré-requis*

- BAC + 2 ou équivalent
- Expérience professionnelle s'appuyant sur la relation à autrui et capacité d'écoute
- Compétence dans l'esprit de synthèse et d'analyse

*Conditions  
d'inscription*

- Premier entretien avec l'équipe administrative
- Envoi d'une lettre de motivation accompagnée d'un CV
- Deuxième entretien avec la directrice des formations
- Validation de l'inscription définitive

**Concernant l'accès à la formation pour une personne en situation de handicap,  
merci de contacter directement Nelly SEBON au 06.84.25.11.87**

# ACQUISITION DES FONDAMENTAUX DE LA SOPHROLOGIE

et

## Aptitudes à la pratique professionnelle de la Sophrologie

30 jours  
pour se former à la  
sophrologie  
et débiter une nouvelle  
vie professionnelle !

"Attestation de Formation  
Aptitudes à la pratique  
professionnelle de la Sophrologie"  
2 Modules

Module 1

"Acquisition des bases fondamentales de  
la Sophrologie".

Module 2

" Professionnalisation".

### Une démarche impliquante Un investissement personnel

- Développer des compétences

Capacité à combiner les différentes  
ressources pour agir avec performance  
dans sa pratique professionnelle

- Acquérir une identité professionnelle

Développer des savoirs théoriques et  
pratiques de la sophrologie caycédiennne

- Valider ses compétences en situation réelle

Accompagnement en aller/retour par supervision de  
bonne pratique



# FORMATION A LA SOPHROLOGIE CAYCEDIENNE

## Nos atouts pédagogiques

### Des petits groupes de stagiaires même pour les cours en mixte synchrone

- 26 jours pour apprendre la méthode : théorie et pratique
- 2 jours de professionnalisation ( statuts, diffusion et développement métier)
- 2 jours de certification finale devant jury
- Une plateforme e-learning pendant toute la formation

### En tout

210 h de cours en présentiel  
 350 h d'entraînement personnel  
 30 h d'entraînement en groupe d'élèves  
 20 h de sessions one-line  
 30 h de préparation et de tutorat de stage  
 8 séances de 1 h de stage en entreprise

soit 648 h  
 de formation



**Avis Aurore P.**  
 "l'ESCCA est une école à taille humaine, avec de véritables sophrologues Caycédiennes. Cette formation est plus que complète, elle est riche en apprentissages, en découverte d'un groupe d'entre aide, et aide à une véritable découverte de soi, en offrant de nombreux outils et un professionnalisme hors pair. Dans cette école il en ressort beaucoup de bienveillance,"

**Avis Sabrina D., en reconversion**  
 "Une école riche d'enseignements, des formatrices hors pair, un contenu de qualité, je n'en suis qu'à 3 mois de formation mais je me réjouis déjà de la suite. Allez dans cette école les yeux fermés, en petit effectif sur les groupes"

# UNE PEDAGOGIE INTERACTIVE EN EFFECTIF RESTREINT



**+ DE 50  
PROTOCOLES  
EXPÉRIMENTÉS EN  
COURS**

Mise en situation  
pratique à chaque  
session



**SUIVI INDIVIDUEL  
ET PERSONNALISÉ  
PENDANT TOUT LE  
CURSUS DE  
FORMATION**

Stage tutoré de mise en  
situation professionnelle en  
fin de formation.

“

*S'approprier les bases essentielles d'une pratique compétente et responsable passe par l'utilisation d'une pédagogie interactive où les stagiaires vont vivre toutes les étapes de l'accompagnement.*

- Une pédagogie interactive, c'est une pédagogie dans laquelle les stagiaires en formation sont directement impliqués dans leurs questionnements, leurs réflexions, leur capacité de réduction phénoménologique vivantielle, sources de progrès ou de changement
- Une plate-forme e-learning est accessible en inter session avec quiz, documentation, vidéos...
- Ces compétences sont nécessaires pour faire du stagiaire un véritable professionnel de la relation d'aide. Elles lui permettront de proposer aux personnes dont ils auront à s'occuper, les méthodes d'entraînement sophrologique adaptées à leurs besoins.
- Un contrôle continu est réalisé pendant tout le parcours de formation.
- Ces compétences leur permettront également de les orienter dans un processus de découverte progressive d'une nouvelle forme d'existence et de développer leurs potentialités.

# NOTRE ORGANISME RECONNU

## "Qualité Professionnelle"



RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante :  
Action de formation

Notre formation est également référencée par le **DATADOCK**, base de données unique en France sur la formation professionnelle sous l'angle de la qualité qui permet aux financeurs de la formation professionnelle réunis au sein du GIE D2 OF de vérifier la conformité des organismes de formation vis-à-vis des 6 critères définis par la Loi, sous le n° 0017801

Notre formation a été évaluée et déclarée conforme au référentiel de la certification nationale unique, **Qualiopi**, marque de garantie qualité des prestataires d'action concourant au développement des compétences, pour son sérieux au niveau de son enseignement, des modalités de conception et de réalisation des prestations offertes par notre organisme de formation. Référence Organisme Certificateur AFNOR N° 2020/86288.1



*Avis Frédéric D., enseignant et stagiaire: "Il y a un peu plus d'un an, j'avais l'intuition que la sophrologie était une clé pour la suite de mon parcours de vie mais je n'aurais jamais envisagé qu'elle allait avoir une place aussi importante pour moi et une puissance de transformation AUSSI DOUCE."*

**Taux de certification : 100%**

**Taux d'insertion sur la 1ère année : 86 %**

**Taux d'insertion sur la 2ème année: 100%**



# FAVORISER L'EMERGENCE D'UN PROFIL DE PROFESSIONNEL IMPLIQUÉ DANS LA RELATION D'AIDE

La formation en sophrologie a pour objectif de favoriser l'émergence d'un profil de professionnel de la relation d'aide qui sera caractérisé par son aptitude à répondre aux besoins des personnes dans le cadre de professions dites :

- Cliniques, telles qu'elles sont définies par les lois et réglementations qui régissent leur exercice,
- De travailleurs sociaux, du point de vue des compétences exigées, par les lois et réglementations qui régissent leur exercice,
- De prévention, d'éducation, de réadaptation ou de réinsertions dans tous les autres cas.

Son aptitude à s'occuper des personnes ayant une difficulté à vivre :

- Quelle qu'en soit la cause,
- Quel que soit leur milieu, leur niveau d'instruction, leur situation sociale ou leur confession,
- Dans le respect de leur croyance ou de leur culture et d'une manière générale de ce qui a valeur pour elles.

Dans le cas du **cursus « Attestation d'Aptitude à l'exercice de la Sophrologie dans les différents champs d'application »** si le professionnel peut accompagner quiconque le sollicite, c'est avant tout parce qu'il a été rendu apte à prendre en compte d'emblée, dans l'exercice de sa compétence professionnelle, les mécanismes et phénomènes de la vie qui fondent l'existence humaine de chacun et qu'il aura donc lui-même éprouvé la pratique de la sophrologie.

Il aura acquis et vécu, au cours de sa formation, tous les outils et situations lui permettant d'être un professionnel de la relation d'aide de compétences.

# Les objectifs du Programme de formation "Aptitudes à la pratique professionnelle de la Sophrologie"

## “ Nos savoirs au service de votre expertise”



- Former les professionnels des secteurs médical, paramédical, social, éducatif, sportif et préventif à développer des compétences dans la relation d'aide par les outils proposés par la méthodologie de la Sophrologie Caycédienne et ses adaptations.
- Pratiquer les fondamentaux de la sophrologie (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'ajustant si nécessaire et immersion du sophrologue en stage professionnel (Le terrain de stage doit être obligatoirement en adéquation avec les objectifs de pratiquer la sophrologie avec savoirs, savoir faire et savoir être)
- Créer, développer et pérenniser son activité professionnelle.

# LES CERTIFICATIONS



## Pratique des fondamentaux de la sophrologie pour l'obtention de l'attestation "Pratique professionnelle de la Sophrologie"

### MODULE 1: « Pratique des fondamentaux de la sophrologie »

Durant la formation, sur 24 jours, le stagiaire acquerra des compétences, tant théoriques que pratiques qui seront évaluées par des examens continus des connaissances.

L'« **Attestation d'application de la Sophrologie dans son seul champ d'application** » sera validé après un examen théorique et mise en situation pratique devant jury en fin de formation.

### MODULE 2: « Professionnalisation de la pratique de la Sophrologie »

Réparti en 6 jours, complémentaire au module 1, ce module a pour objectif de mettre en situation le stagiaire afin qu'il s'approprie sa posture de professionnel de la relation d'aide. Il y apprendra également la gestion administrative, fiscale, économique et communicationnelle du professionnel en activité.

### MODULES 1+2: « Pratique professionnelle de la Sophrologie »

A l'issue des 18 mois, la formation sera validée :

- Par un contrôle continu des connaissances théoriques et pratiques
- Par un contrôle en fin de formation portant sur la globalité des acquisitions théoriques et pratiques devant jury,
- Par la validation d'un stage de pratique professionnelle,
- Par la rédaction d'un mémoire

**L'ensemble de la validation donne droit à l'obtention d'une "Attestation de formation de la Pratique Professionnelle de la Sophrologie."**

Pour toute demande de devis,  
s'adresser à : [contact@escca-reims.fr](mailto:contact@escca-reims.fr)

## LES TARIFS

**Tarif de la formation  
Pratique des fondamentaux  
et Pratique Professionnelle  
de la Sophrologie**

**Autofinancement :  
4 365 euros**

**(payable en 17 versements : le 1er d'un  
montant**

**de 365 € et 16 versements de 250 €)**

**Prise en charge professionnelle :  
6425 euros**

**Devis sur demande**

**Ce tarif comprend les frais  
d'inscription, les frais  
pédagogiques, le tutorat, les  
sessions sur la plate-forme on-line  
et l'accompagnement personnalisé.**

**Ne sont pas inclus dans ce tarif :  
les déplacements, les repas,  
l'hébergement.**

Dans le cadre de la formation modulable,  
merci de nous contacter pour  
obtenir un devis personnalisé

**Tarif de la formation destinée  
exclusivement aux personnels du  
soin sans certification finale de  
sophrologue professionnelle**

**Devis sur demande**

### Tarifs des formations de spécialisations

Plusieurs formations peuvent venir  
compléter votre parcours: enfants,  
adolescents, sommeil et insomnie,  
maladies neurodégénératives...

- Autofinancement : 150€/ jour  
pour les stagiaires et  
sophrologues certifiés depuis 1  
an de notre écoles
- Autofinancement : 175€/ jour  
pour les autres sophrologues  
issus d'une Ecole de  
sophrologie Caycédienne
- Prise en charge professionnelle:  
220€/jour

# UNE EQUIPE DE SOPHROLOGUES PROFESSIONNELLES PASSIONNEES



Nous travaillons en étroite collaboration avec le **Dr Natalia Caycedo**, Présidente de l'Académie Internationale de Sophrologie Caycédienne, Sofrocay, et fille du Pr A. Caycedo, créateur de la Sophrologie, dans la réflexion pédagogique et méthodologique de notre enseignement au plus près des avancées scientifiques.



## Nelly SEBON

Sophrologue Caycédienne clinique, ancienne orthophoniste spécialiste neurosciences  
Directrice et formatrice  
Tutrice des enseignements



## Chrystel COLIN

Sophrologue Caycédienne, licenciée d'un DEA de psychologie sociale, maître formateur de l'éducation nationale et spécialiste neurosciences et formatrice



## Myriam ELLOUZE

Sophrologue caycédienne clinique, ancienne orthophoniste spécialisée en neurosciences et licenciée en psychologie  
Conteuse et formatrice



## Claudia BIRAGHI

Sophrologue caycédienne intervient dans le sport et l'enseignement.  
domaines de la formation de futurs professionnels du sport, tant au niveau fédéral qu'universitaire.

L'équipe pédagogique qui accompagne Nelly Sebon et Claudia Biraghi dans la formation est constituée de sophrologues caycédiennes master spécialistes (titre andorran) cliniques et non cliniques qui interviennent dans le champ médical, paramédical, social et pédagogiques, auprès d'adultes, d'enfants et de séniors. Toutes ont développé des approches spécifiques dans le monde de la pédagogie de l'enfant et de l'adolescent, le cancer, les pathologies neurodégénératives et neurologiques, le sommeil, l'entreprise, le sport..

# NOTRE CENTRE DE FORMATION

Avant tout un lieu d'échanges et de partages  
Accessible "handicap"

Située dans le quartier historique de Reims, derrière la Porte de Mars et les promenades, à 2 pas de la gare, notre école, à taille humaine, dispose de plusieurs salles pour permettre aux stagiaires de travailler en petits groupes lors des ateliers de mise en pratique.

Vous pourrez profiter dans le quartier de différentes formes d'hébergement et de restauration.

Accessible par le train, l'autoroute A4, le tram, notre école dispose d'un environnement très calme.

31 rue du Général Sarrail  
51100 Reims  
03.26.24.22.20 / 06.84.25.11.87  
[www.escca-reims.fr](http://www.escca-reims.fr)  
[contact@escca-reims.fr](mailto:contact@escca-reims.fr)

**ESCCA-REIMS**



École de sophrologie  
Caycédiennne  
**ESCCA-Reims**

# Les stages de professionnalisation

DÉVELOPPER SA  
PRATIQUE  
PROFESSIONNELLE DE  
SOPHROLOGUE

COMPRENDRE DE  
NOUVEAUX CHAMPS  
D'APPLICATION DE LA  
SOPHROLOGIE



École de sophrologie  
Caycédienne  

---

ESCCA-Reims

# Stages “de Professionnalisation”

Dans le cadre de la formation continue du sophrologue, nous proposons des stages sur 2, 3 ou 4 jours sur des thématiques variées:

- Enfants et contes sophrologiques,
- Adolescents
- Mémoire et prévention
- Pathologies neurologiques et neurodégénératives,
- Sommeil et Insomnies
- Sommeil et apnées
- La consultation du sophrologue
- L'entreprise
- Le sport...

Toutes les formatrices qui proposent ces stages sont des sophrologues caycédienne master spécialistes ( titre privé Sofrocay) professionnelles expertes dans leur champ d'intervention.

Tarifs:

150€/ jour pour les stagiaires et Sophrologues installées sur la 1ère année

175€/ jour pour les sophrologues et

sophrologues caycédiens en Autofinancement

220€/jour pour toute prise en charge professionnelle (FIF/PL, OCPA...)

## Régulation du cycle Veille-Sommeil avec la Sophrologie, Accompagnement des insomnies

**9.8** / 10

SATISFACTION	9.8
Préparation de la formation	10.0
Organisation de la formation	9.6
Déroulement de la formation	10.0
Contenu de la formation	9.8
Quelle note donneriez-vous à l'étude de l'agenda du sommeil au regard de votre accompagnement sophrologique?	9.7
Efficacité de la formation	9.8
Note générale de la formation	10.0



École de sophrologie  
Caycédienne  
ESCCA-Reims

# Soirées de réflexion autour de la pratique du professionnel sophrologue

Dans le cadre de la formation continue du sophrologue, nous proposons des soirées de réflexion autour de notre métier de sophrologue.

Les thématiques sont choisies en amont par les participants.

Au programme:

- démarrage par une pratique adaptée de la sophrologie ( cycle fondamental, radical ou existentiel)
- proposition d'une thématique de réflexion ( exemples de thématiques abordées: l'homme / la femme sophrologue, comment accompagner une personne handicapée physique en fauteuil dans la pratique adaptée...)
- fin de la soirée autour d'un repas partagé.

Ces soirées sont encadrées par Nelly SEBON directrice de l'école.

Horaires: le jeudi ou vendredi selon le calendrier de 18H30 à pas d'heure!

Tarifs: 15€

Participation par visio possible



École de sophrologie  
Caycédienne  
ESCCA-Reims