

# Sophrologie actualités

La profession de sophrologue n'est pas réglementée. Aucun diplôme en particulier n'est exigé pour exercer comme sophrologue ou même sophrologue analyste. Une attestation de formation suffit pour déclarer son activité professionnelle. Les stagiaires bénéficiant d'une formation plus ou moins orthodoxe, s'installent le plus souvent en statut d'indépendant. Ils traitent les demandes individuelles et proposent leur service à des collectivités ou à des entreprises actuellement dans la gestion des risques psycho-sociaux. Ils pratiquent tout en poursuivant leur parcours de différentes formations et de validations plus ou moins évidentes.

Et encore s'ils le font !

Les fondateurs de la sophrologie, Alfonso CAYCEDO, Raymond ABREZOL et moi-même, ont d'abord enseigné une sophrologie à dominante comportementale.

L'Ecole française, que j'ai l'honneur de représenter, a toujours été particulièrement dynamique, depuis 1971, et a réussi à faire connaître activement la sophrologie dans le monde. La France est actuellement le pays où la sophrologie est le mieux considérée.

C'est aujourd'hui un ensemble d'activité professionnelle qui s'organise dans le domaine du bien-être même si la profession n'est pas encore réellement réglementée.

Allons droit au but pour nous demander quel est le public accueilli dans la formation ?

Le public qui a fréquenté notre formation de 1971 à ce jour, présente des attentes qu'on peut distinguer en trois catégories :

1. Un public de profession médicale qui vient se former avec un objectif de développement de compétences complémentaires dans sa spécialité. Ce fut caractéristique du premier mouvement qui était destiné de par Alfonso CAYCEDO lui-même aux thérapeutes dans le cadre médical, ce qui était tout de même gage de garantie.
2. Un public de profession autre que médical qui vient chercher un objectif de reconversion.
3. Un public dit « professions intellectuelles » qui vient se former dans l'objectif de s'approprier des connaissances et des expériences pour son propre épanouissement ou son propre développement personnel (artistes, intellectuels, romanciers, philosophes, journalistes, etc.)

Apparaît une évolution de la masse respective de chaque catégorie sur des périodes déterminées :

	1971 - 1985	2005 - 2015
Professions médicales, développement de compétences	90 %	20 %
Professions intellectuelles, développement personnel	10 %	10 %
Professions autres que médicales, reconversion	0 %	70 %

L'enseignement de ces chiffres : le poids respectif des catégories de populations accueillies a changé à partir de 2000. La sophrologie s'est socialisée, elle sort du monde médical vers le domaine social et devient de plus en plus connue et donc plus utilisée par les individus et par le monde de l'entreprise.

L'équipe initiale de formation médicale a, heureusement selon les uns, malheureusement selon les autres, réussi son pari : on parle aujourd'hui de la sophrologie comme d'un métier.

Jusqu'alors on parlait effectivement de pratique ou de praticien de sophrologie, celle-ci se pratiquant dans les cadres professionnels institués existants.

Ce mouvement va gagner toute la France à partir de 2005, plus exactement sans doute grâce au déploiement large des nouveaux moyens de communication qui ne sont pas toujours crédibles et de bon goût.

La sophrologie s'est vulgarisée. La profession n'étant pas réglementée, ce sont les publics de reconversion qui ont afflué. C'est ce public de reconversion qui est demandeur de reconnaissance. Il est en attente de certification et de titre. Les deux autres publics diplômés par ailleurs possèdent des diplômes d'état précis dans leurs spécialités dans le cadre desquelles ils exercent la sophrologie.

**D'où le partenariat développé aujourd'hui par l'EDHES avec la Société Française de Sophrologie pour le titre « Niveau 3 RNCP ».**

Le titre de sophrologue sera dès maintenant un gage de sérieux et de rigueur de notre formation, mais aussi de garantie d'une promotion solide de la sophrologie qui est aussi la mission de l'EDHES.

Qui sait si dans une quinzaine d'années les pouvoirs publics ne viendront pas à réglementer la profession et décider que ce seraient les professions médicales qui porteraient le titre de sophrologue comme cela a été le cas récemment pour le métier de psychothérapeute ? Mais nous

admettons aussi que les idées émancipatrices de l'homme débutent « hors norme » et finissent dans « les normes » quand elles sont adoptées par la collectivité. C'est même salubre.

Notre crainte est la sur-normalisation de la pratique en tant que services de relaxation et de bien être de type « spa » ou « salon de bien être », dans une société bien évidemment stressée. Comme si l'impact du stress sur la santé n'existait pas ! Citons la dépression, la fibromyalgie, les troubles obsessionnels, les maladies auto immunes, le cancer, etc.

Il est vital pour la sophrologie d'éviter les écueils de la seule référence économique car devenue créatrice de possibilité de nouveaux emplois.

D'autres débats plus tendus nous attendent encore demain, en tant que promoteur de la sophrologie, sur une éventuelle réglementation plus rigoureuse de la profession.

Actuellement, il y a des « praticiens » qui se sont formés à la sophrologie dans un objectif de reconversion, certifié par un titre RNCP dans d'autres organismes, et qui n'ont pas entendu un mot de formation sur la santé humaine ni physique, ni psychique. Ils sont dans une pratique de type « salon de bien être ». Ils sont installés en libéral comme sophrologue et même sophrologue analyste (usurpation du titre) et leur activité professionnelle est répertoriée dans le répertoire SIREN professions de santé non classées par ailleurs (code APE 8690F), le même code APE que les psychomotriciens, profession qui nécessite un diplôme d'état de niveau 1 ou les psychanalystes, profession qui nécessite une formation longue, laborieuse et vérifiée.

Nous ne voulons pas soulever ici tous les problèmes inhérents à une profession jeune, non encore réglementée et qu'on ne sait pas encore bien classer. Ce n'est pas le but.

Voilà le problème qui se pose en ce courant de l'année 2016, nous sommes confiants et certains qu'une évolution logique satisfaisante s'établira dans les prochains mois à la faveur de nos réunions professionnelles.

Je remercie Aziz AMEUR qui m'a communiqué les éléments de ce texte, je m'en fais le rapporteur et je lui témoigne toute ma reconnaissance.