



**Sophro Forma +**

Professionnalisation et formation continue  
des Sophrologues

## Développer les compétences psychosociales à l'école grâce à la sophrologie

Durée : 21h - 3 jours

Formation en :

- présentiel
- distanciel

Nombre de participants : Min. 5 - Max. 10 pers

### Introduction

## Un enjeu crucial pour la santé mentale des jeunes et l'évolution du climat scolaire :

Le développement des compétences psychosociales (CPS) à l'école, représente aujourd'hui un levier déterminant pour la promotion de la santé mentale des jeunes et l'amélioration du climat scolaire. Il s'agit de permettre aux générations actuelles et futures de renforcer leur capacité à faire des choix éclairés et raisonnés, à vivre ensemble harmonieusement et à mieux gérer leur stress ainsi que leurs émotions. Renforcer les CPS à l'école constitue ainsi un axe majeur pour accompagner les élèves vers une meilleure autonomie émotionnelle et relationnelle. (Santé publique France 2025)

La sophrologie, à travers ses valeurs et ses pratiques est en totale adéquation avec les finalités recherchées par le développement de ces nouvelles compétences psychosociales en milieu scolaire.

**Cette spécialisation** vous permettra d'élargir votre champ d'intervention en tant que sophrologue et par la même de valoriser la reconnaissance de la sophrologie comme une réponse adaptée au développement des compétences psychosociales à l'école.

### Objectifs

- Comprendre les enjeux du développement des compétences psychosociales à l'école
- Proposer le programme « mieux réussir ensemble à l'école » permettant aux enfants, à travers le développement des CPS, non seulement de mieux apprendre, voire d'apprendre à apprendre, mais aussi d'accéder à l'autonomie, à la responsabilité, à l'épanouissement personnel et à la citoyenneté.
- S'appuyer sur les multiples ressources de la sophrologie pour accompagner le développement des CPS
- Participer à la mission éducative de l'établissement, identifier les contacts pour promouvoir son action et adapter son discours au commanditaire...

### Objectifs pédagogiques - Compétences visées

- Connaître les compétences psychosociales, leur didactique et leur finalité pédagogique
- Animer le programme « Mieux réussir ensemble à l'école »
- Adapter pédagogiquement les méthodes et outils sophrologiques au public enfant et au contexte scolaire
- Promouvoir votre intervention et valoriser le rôle de sophrologue à l'école
- Élargir sa pratique

### Public

Sophrologues ayant fini leur formation (nous recommandons minimum 300h de formation au cycle fondamental, en présentiel ou en Visio synchrone ou RNCP ou D.U) : toutes écoles et courants de sophrologie sont bienvenus.

### Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Pour les personnes en situation de handicap : nous vous invitons à [contacter nos services](#) avec pour objet : « Adaptation parcours » pour nous permettre d'évaluer avec vous la possibilité d'adaptation de notre formation à vos besoins.

## Prérequis

---

- Avoir fini sa formation en sophrologie
- Une bonne connaissance du public . Une motivation à intervenir en milieu scolaire

## Contenu - Programme

---

- Intervention dans le milieu scolaire : enjeux, obligation, autorisation, projet pédagogique
- La sophrologie, une approche globale et transversale qui participe au désir d'apprendre.
- Les Compétences psychosociales, la démarche « École promotrice de santé du ministère de l'Éducation Nationale, 2025 » . Définition, finalité et objectifs,
- Sophrologie et compétences psychosociales : une vision partagée de l'enfant en devenir
- La construction et l'animation d'un cursus de séances développant des CPS avec la sophrologie.
- Objectifs pédagogiques, démarche , outils, contenus et indicateurs d'acquisition des compétences
- Principes d'animation de groupe (rappel), posture et attitude du sophrologue intervenant
- Promotion de la démarche en milieu scolaire
- Mise en situation, entraînement et coaching personnalisé soutien à l'intégration des apprentissages.

## Méthodologie

---

Cette spécialisation est animée avec une pédagogie active et une méthode applicative qui s'appuie sur des pratiques réelles d'animation à l'école. Nous alternerons des apports de connaissances des mises en pratique et des entraînements à animer effectivement les séances à l'école.

## Outils

---

- Vous repartirez avec un déroulé pédagogique détaillé des 8 séquences d'animation et adaptable aux différents publics scolaires : École élémentaire et collège.
- Vous enrichissez en sus votre offre dans l'accompagnement et le suivi individuel des enfants en cabinet.

En termes de supports pédagogiques, vous seront remis :

- Supports numériques des séances pédagogiques
- Le guide d'animation : déroulé pédagogique et sophrologique
- Vous pouvez enregistrer en audio les pratiques sophrologiques.

## Modalités d'évaluation

---

Vos compétences sont évaluées en continue tout au long de votre parcours, en fonction de votre participation active et des mises en situations d'animation.

Attestation de Formation : Une attestation de fin de formation sera remise au stagiaire ayant participé à l'ensemble de la formation

Questionnaire d'évaluation à chaud

## Intervenants

---

- Formation animée par Patrick Bozier, sophrologue (académie de sophrologie de Paris cycle supérieur, et IFS), Patrick a un master en ingénierie de formation et est un formateur pour adulte expérimenté. Il a conduit des démarches de Qualité de Vie à l'École et participer à la formation des professeurs des écoles
- Participation et témoignage d'une professeur des écoles.

## Lieu

---

En visio Synchron  
ou Nancy  
suivant votre choix

## Tarif

---

- Financement personnel : 590€. exonéré de TVA l'article 261-4-4° du code général des impôts (CGI)

Paiement par carte de paiement en une ou plusieurs fois possible pour les inscriptions effectuées avant 45 jours

- Financement par votre employeur ou un financeur : sur devis , le montant de la formation est exonéré de TVA l'article 261-4-4° du code général des impôts (CGI) .

Un acompte de 30% est à verser pour réserver votre place

Solde à régler par virement bancaire

## Modalités et délais d'accès

- 1 semaine avant le début de la formation
- sous réserve d'un effectif minimum de 5 personnes
- Inscription en ligne

## Modalités de paiement

---

- Financement personnel : Paiement par carte de paiement en une ou plusieurs fois possible pour les inscriptions effectuées avant 45 jours
- Financement par votre employeur ou un financeur : un acompte de 30% est à verser pour réserver votre place. Solde à régler par virement bancaire

## Prise en charge

---

Certification Qualiopi IFQVT

Possibilité de prise en charge suivant les exigences de votre financeur et votre situation personnelle/professionnelle spécifique.

[Information sur les financements possibles disponibles ici](#)

Exemple de financements possibles : OPCO, France travail, employeur