



Sophrologie Caycédienne — Cycle fondamental

ÉTUDES DE CAS ET RENFORCEMENT DE LA PRATIQUE - EC1

Cette formation s'adresse aux stagiaires du cycle fondamental de Sophrologie Caycédienne et aux sophrologues Master qui désirent renforcer leur pratique professionnelle. À partir de quatre études de cas, individuelles et collectives, les participants relient les axes épistémologiques des quatre degrés de la Relaxation Dynamique de Caycedo à la construction de programmes de séances, conduisent des séances en situation simulée et interrogent les limites de leur champ de compétence.

Durée : 14 heures pour 2 jours de formation.

Dates et lieu : 22 et 23 février 2027, à Paris ou en visioconférence.

Profils des apprenants

- Être stagiaire en formation au cycle fondamental de Sophrologie Caycédienne
- Être sophrologue ou Master en Sophrologie Caycédienne

Prérequis

- Stagiaires : avoir suivi les enseignements des degrés RDC1 à RDC4 du cycle fondamental
- Sophrologues issus d'une école de Sophrologie Caycédienne
- Sophrologues Master : être titulaire du titre de Master Spécialiste en Sophrologie Caycédienne
- Pièces à fournir pour les sophrologues Masters : copie du titre de Master Spécialiste en Sophrologie Caycédienne

Accessibilité et délais d'accès

- Handicap moteur. Pour tout autre handicap, visible ou invisible, nous consulter au préalable pour étudier ensemble les adaptations possibles
- 2 semaines

Qualité et indicateurs de résultats

- 100% des stagiaires ayant suivi cette formation se disent satisfait de la conduite de cette formation et des atouts concernant cette réflexion à la pratique professionnelle du sophrologue.

Objectifs pédagogiques

- Situer la Sophrologie Caycédienne et son fondement phénoménologique pour justifier ses choix méthodologiques.
- Mobiliser les axes épistémologiques et les techniques phroniques spécifiques de chacun des quatre degrés de la RDC.
- Analyser une anamnèse, repérer les signaux de vigilance et poser le champ de compétence du sophrologue.
- Élaborer un programme de séances progressif adapté à une situation individuelle ou collective.
- Conduire une séance issue de ce programme en situation simulée.



- Analyser une commande institutionnelle (demande explicite et implicite) pour un accompagnement de groupe.

Contenu de la formation

- **Jour 1 matin — La méthode Caycedo et le 1er degré (RDC1)**
 - Sophrologie et Sophrologie Caycédienne ; la phénoménologie existentielle comme moyen d'étude
 - De la conscience voilée au premier dévoilement : la dimension corporelle de l'être, vivance tissulaire « peau »
 - Axes épistémologiques : Epokhè, Dasein, intentionnalité ; concentration, présentation
 - Techniques clés du 1er degré : SPV, SPP, Sophro Schultz, ON / SA-SC, SSL, SSS, protection Sophro Sommeil
 - Étude de cas n°1 — anxiété généralisée et risque d'épuisement professionnel : lecture du tableau clinique, élaboration d'un programme des 8 premières séances (45 min), pratique d'une séance tirée au sort
- **Jour 1 après-midi — Le 2ème degré (RDC2)**
 - La dimension mentale de l'être : vivance tissulaire « muscles », capacité de futurisation
 - Axes épistémologiques : théorie de l'intégration dynamique de l'être, théorie des valences, contemplation Senso perceptive, futurisation et plasticité cérébrale
 - Techniques clés : SCPSC, Sophro Futurisation Libre, Sophro Projection des Capacités, Sophro Programmation Future, 5 sens (avec ou sans SFL), Sophro Correction Sérielle
 - Étude de cas n°2 — anxiété envahissante dans un contexte d'antécédents de violences : points de vigilance de l'anamnèse, place de la sophrologie en complément, coordination et orientation vers un accompagnement spécialisé
 - Planification de séances et pratique d'une séance tirée au sort ; retour sur la journée
- **Jour 2 matin — Phénoménologie et 3ème degré (RDC3)**
 - La phénoménologie comme méthode de rencontre : Epokhè, intuition d'essence, le sujet de sa propre rencontre
 - L'acte sophrologique : transformation, somatisation positive, de l'apport phénoménologique à l'apport sophrologique
 - La dimension affective de l'être : unité corps-esprit, vivance tissulaire « os », prétérisation et temporalité (Heidegger)
 - Techniques clés : Intégration Corps-Esprit, Sophro Mnésie Libre, Sophro Mnésie Senso-Perceptive, Sophro Intégration Mnésique, Entraînement Sophrologique de la Mémoire, Rétrovivance des capacités, Sophro Substitution Mnésique
 - Étude de cas n°3 — suivi d'un groupe : analyse de la commande, proposition de 4 séances de 3ème degré dans la continuité des 1er et 2ème degrés, pratique d'une séance tirée au sort
- **Jour 2 après-midi — Le 4ème degré (RDC4)**
 - La totalisation de l'être : être à soi, moi phronique, découverte des valeurs, vivance tissulaire « organes »



- Axes épistémologiques : théorie des valeurs de l'être, théorie du moi phronique fondamental, le temps comme élément intégratif de l'être
- Techniques clés : Sophro Présence des Valeurs, tridimensionnalité interne de l'être, Sophro Rétro-Manence et Manence des capacités
- Étude de cas n°4 — le sophrologue dans la réalité professionnelle du groupe : équipe en réorganisation managériale, demande officielle et demande implicite, dynamique de groupe et posture du sophrologue
- Élaboration d'un programme de 8 séances orienté vers la vivance des valeurs ; pratique d'une séance du 4ème degré tirée au sort ; bilan de la formation

Organisation de la formation

Équipe pédagogique

La formation est proposée par Nelly Sebon, Directrice de l'ESCCA-Reims, master spécialiste clinique engagée depuis plus de 20 années dans l'accompagnement sophrologique et plus de 30 années en tant qu'aidante professionnelle.

Ressources pédagogiques et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation ou en visioconférence.
- Documents supports de formation projetés et version pdf disponibles sur la plateforme à chaque fin de session.
- Exposés théoriques.
- Études de cas cliniques et institutionnels, tableaux cliniques remis aux participants.
- Travail en sous-groupes pour l'élaboration des programmes de séances.
- Pratique des techniques sophrologiques vécues lors de la session de formation, analyse des ressentis et retour de la Sophro Analyse Vivantielle.

Dispositif de suivi de l'exécution et de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Mises en situation professionnelles par jeu de rôle : conduite d'une séance tirée au sort, issue du programme élaboré, suivie d'un retour collectif.
- Restitution et argumentation des programmes de séances construits pour chaque étude de cas.
- Pour les stagiaires du cycle fondamental : prise en compte dans le contrôle continu sur la théorie et la pratique.