



Le réseau des écoles

Hélène FAUCON-MARTIN bonjour, vous êtes la directrice de l'EFSM, ECOLE FRANCAISE DE SOPHROLOGIE DE MONTPELLIER, qui a rejoint le réseau des écoles membres de la SFS, et nous sommes heureux de vous y accueillir.

J'ai le plaisir de vous interviewer pour vous permettre de présenter votre école à nos adhérents et aux aspirants sophrologues.

Depuis combien de temps votre école existe-t-elle ?

Merci Judith pour cette proposition d'interview, je suis heureuse de vous parler de notre école et des valeurs véhiculées par notre pédagogie !

L'école a été fondée en 2002 par Norbert CASSINI, (NDLR – Il est l'auteur de "LA SOPHROLOGIE, paru aux éditions Eyrolles), lui-même formé auprès de A. CAYCEDO.

Norbert a dirigé l'école jusqu'à ce qu'il souhaite en quitter la direction en 2019 pour se consacrer à d'autres projets, rédactionnels notamment.

Nous avons donc à ce moment-là formé un projet en interne pour reprendre l'école, afin de pérenniser les valeurs pédagogiques qui l'ont toujours fondée.

Etiez-vous vous-même déjà investie dans l'école ? Quel est votre parcours ?

Oui. Ancienne cadre de Santé en psychiatrie adulte et notamment membre du comité de rédaction de la revue professionnelle « Soins Psychiatrie », je m'y étais formée en 2011 en tant que sophrologue et j'y enseignais depuis 2014.

Quelle solution avez-vous trouvée pour poursuivre l'aventure ?

Notre réflexion nous a permis de formaliser un projet pour racheter l'école.

Il était en effet important pour nous de continuer à transmettre les valeurs fondamentales de la sophrologie, à savoir une démarche de connaissance de soi et de mobilisation de ses ressources en vue d'une autonomisation, et d'accompagner nos stagiaires dans le développement de leurs compétences professionnelles mais aussi dans le développement et l'intégration de leur posture en tant que professionnel de la relation d'aide.

Ainsi je dirige aujourd'hui l'école, en étant accompagnée par Magali BES en tant que coordinatrice pédagogique et Norbert CASSINI en tant que consultant pédagogique. Il est resté dans l'aventure avec nous ! (Sourire)

Nous sommes tous trois associés dans cette belle histoire partagée, très complémentaires dans nos compétences et personnalités, et avec beaucoup de joie et de plaisir à continuer à travailler ensemble, notre créativité s'en trouvant nourrie et enrichie au quotidien !

Quelle est l'équipe pédagogique ?

Outre nous 3 qui intervenons dans la formation, elle se compose de 3 autres formateurs réguliers : Maéva CABALLERO, Magali DEBARD-BELLANGER, ainsi que le docteur Jan DIEHR, tous sophrologues et formateurs également.

D'autres professionnels interviennent également ponctuellement sur des expertises spécifiques dans le cadre du cycle supérieur notamment.

Les expériences professionnelles riches et variées de chaque formateur, associées à leurs qualifications, leurs compétences pédagogiques et aussi la personnalité de chacun, font de l'équipe de formateurs la plus grande richesse de notre école !

C'est également sans oublier Véronique GEMMINGER, qui nous accompagne au quotidien en tant qu'assistante administrative.

Comment s'organise la formation à l'EFSM ?

La formation se déroule sur 2 années de formation, un cycle fondamental et un cycle supérieur et comprend au total 420 heures de formation en présentiel.

Nous avons à cœur de proposer à nos élèves une formation complète au métier de sophrologue, leur permettant d'acquérir et de développer tout le savoir, le savoir-faire et le savoir-être indispensables à l'exercice de la profession.

Nous les accompagnons également à développer leurs compétences dans la création et le développement de leur activité libérale, condition sine qua non pour le lancement et la pérennisation de leur activité !

Le cycle fondamental vise à intégrer les compétences fondamentales nécessaires à l'exercice professionnel en tant que sophrologue. Le cycle supérieur (2^e année) se décline sur la professionnalisation sous forme de thématiques (par exemple gestion du stress, confiance en soi, gestion des émotions, valeurs de vie...), de champs d'application (santé, sport, monde scolaire...), mais aussi de publics spécifiques (enfant, personne âgée, femme enceinte...). Chaque session constitue ainsi une forme de spécialisation dans un domaine. C'est également au cycle supérieur que sont abordés les aspects pratiques de l'exercice professionnel.

Nous avons en outre développé un partenariat permettant à nos élèves de suivre, gratuitement en sus des 420 heures de formation, 4 jours de formation complémentaire sur la création d'une activité de sophrologue en exercice libéral.

À cela s'ajoutent environ 600 heures de travail personnel sur l'ensemble de la formation, ainsi qu'un stage professionnel de 15 heures au cours de la deuxième année.

L'école prépare également au titre RNCP en tant que membre du réseau de la SFS.

Vous avez beaucoup insisté Hélène dans nos échanges sur la posture du sophrologue et la vision qui en est transmise par l'école. Pouvez-vous développer et également nous dire quelques mots sur votre pédagogie ?

Très volontiers car nous sommes particulièrement attachés à ce qu'il y ait une appropriation de la posture du sophrologue par nos apprenants.

Ainsi notre cursus comporte aussi des apports en psychologie, pédagogie et relation d'aide afin de permettre à chacun de comprendre les déterminants, les enjeux et les processus de la relation, transférentiels notamment, pour parvenir à installer pleinement une relation d'alliance dans le respect de sa réalité objective.

Outre les aspects théoriques, notre pédagogie est dynamique et interactive, basée avant tout sur le transfert de compétences et la progressivité de l'apprentissage : mises en situations professionnelles, entraînements, analyse de la pratique professionnelle, jeux de rôle ...

Et nous proposons à nos élèves une méthodologie totalement spécifique à notre école, l'Approche Sophrologique Factorielle[®] (ASF). C'est une méthode de travail structurée qui permet de construire des séances et des accompagnements personnalisés répondant aux besoins de la personne accompagnée et favorisant son autonomisation.

Pourquoi avoir rejoint la SFS ?

Il nous est important d'inscrire l'école dans un cadre de réflexion et d'analyse de nos pratiques professionnelles au sein d'un réseau réactif, dynamique et ouvert, portant et partageant nos valeurs autour de la sophrologie.

C'est ce que nous y avons trouvé à travers nos échanges et nous sommes heureux d'y contribuer par notre adhésion et notre implication !

Nous-même sommes très heureux de vous y accueillir, Hélène !

Vous savez que l'interview des écoles se termine toujours par un mot de la fin, n'est-ce pas ? Quel est le vôtre ?

Rires ! Oui, je le savais !

Ethique !

Être sophrologue c'est accompagner l'Autre (avec un grand A) sur une partie de son cheminement personnel, en lui permettant d'aller vers son propre épanouissement et sa propre liberté.

La posture du sophrologue, approche centrée sur la personne, est absolument essentielle dans cette si noble mission, elle ne souffre donc d'aucun compromis !

Professionnalisme et éthique avant tout, la clef de la liberté de la personne accompagnée est là !

Hélène FAUCON-MARTIN, je vous remercie. Bienvenue à la SFS !

Interview réalisée par Judith DUMAS

EN SAVOIR PLUS :



École Française
de Sophrologie
de Montpellier

Site internet : www.efsm.fr

Email : contact@efsm.fr

Téléphone : 04 67 52 53 00

Début des prochaines formations :

- 27 février 2021, formule samedi et dimanche (un week-end toutes les 3 semaines).

- 1^{er} mars 2021, formule lundi, mardi, mercredi, (une session par mois).

➔ Inscriptions en cours.
