



# Le Métier de Sophrologue en 2022

Pour cette 7e édition, vous avez été encore plus de 400 participants, et je vous en remercie. Ce panel est d'autant plus représentatif qu'il regroupe des participants issus d'écoles, de formation et de parcours très différents.

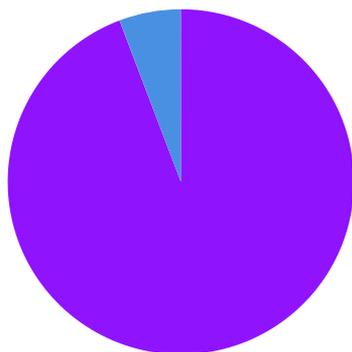
Cependant, comme tous les ans, je dois rappeler que ces chiffres sont issus d'informations communiquées par les participants, sur la base de l'exercice fiscal 2021. Ils n'ont aucune valeur scientifique.

Cette étude, comme les précédentes, est sous licence [Creative Comon Attribution – Pas d'Utilisation Commerciale – Partage dans les Mêmes Conditions 4.0 International \(CC BY-NC-SA 4.0\)](#). Vous pouvez donc l'utiliser comme bon vous semble, dans sa globalité ou en partie.

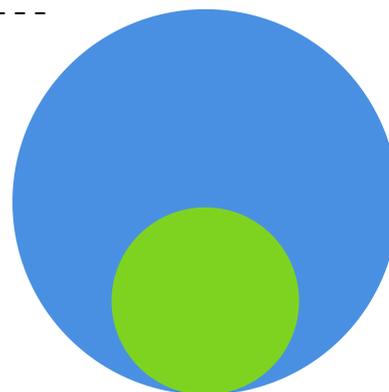
Vos seules contraintes sont :

- Pas d'utilisation commerciale : interdiction de la vendre au ou d'en restreindre l'accès dans le cadre d'un abonnement ou d'une adhésion;
- Obligation de citer vos sources, avec un lien vers le document d'origine... et cela même si vous réutilisez les questions pour effectuer votre propre enquête...

## PARTICIPANTS



■ Femmes (94.24%) ■ Hommes (5.76%)



● 25 à 40 ans (19.11%) ● >40 ans (80.89%)

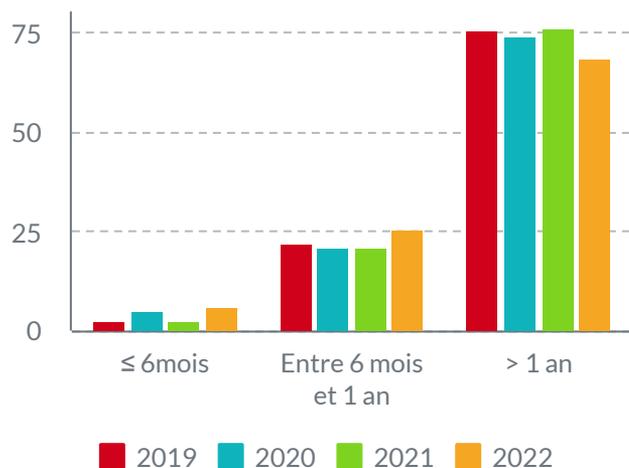
Le métier de sophrologue reste très majoritairement féminin.

Cette année, la pyramide des âges se rééquilibre. La tranche 25-40 ans augmente de 4%

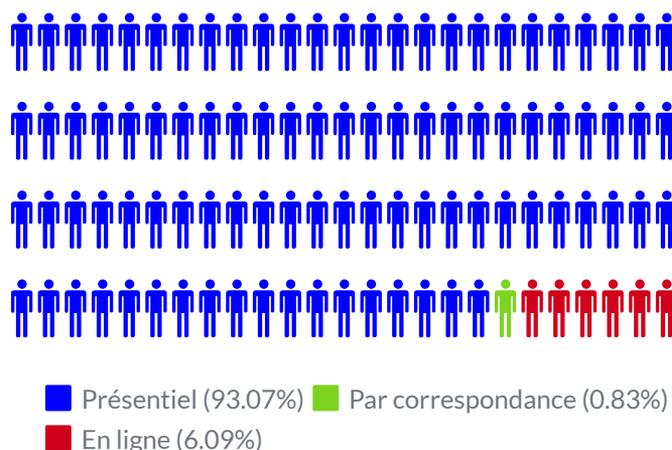


# FORMATION

## Durée de la formation



## Mode de formation



On note un fort recul des formations longues (-8%) au profit des formations très courtes qui sont passées de 2,6% à 6,1% et moyennes (+4,5%).

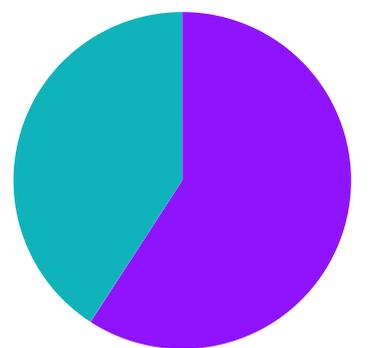
Le mode de formation a également évolué. Les formations en présentiel ont perdu un peu plus de 4% au profit des formations en ligne.

Attention, cette tendance peut résulter de l'effet "Confinement". Elle devra être validée l'année prochaine.

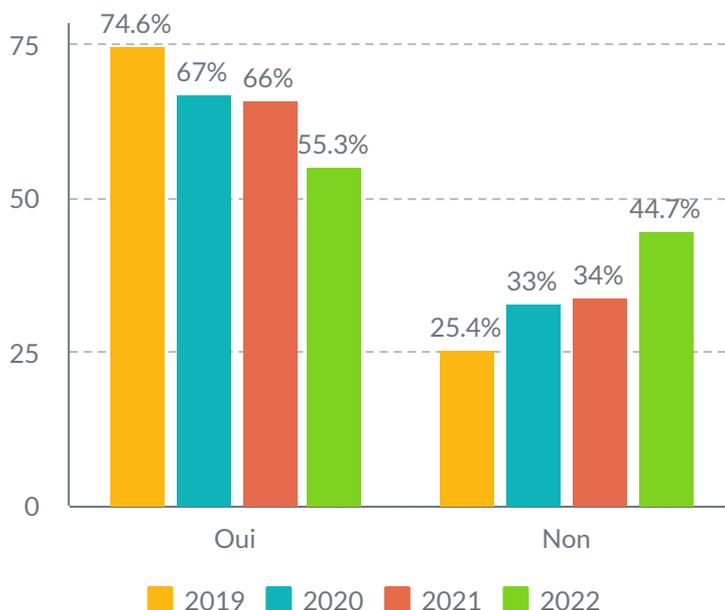
Cette année, le nombre de celles et ceux qui se sont soumis à un examen supplémentaire pour décrocher le RNCP reste stable à 59,2%.

Pour les 40,8% restant, la validation de la formation par l'examen final a suffi.

## Obligation d'examen supplémentaire RNCP



## Utilité du RNCP



Le désintérêt pour l'obtention d'un certificat de formation inscrit au RNCP augmente très fortement de 10,7%.

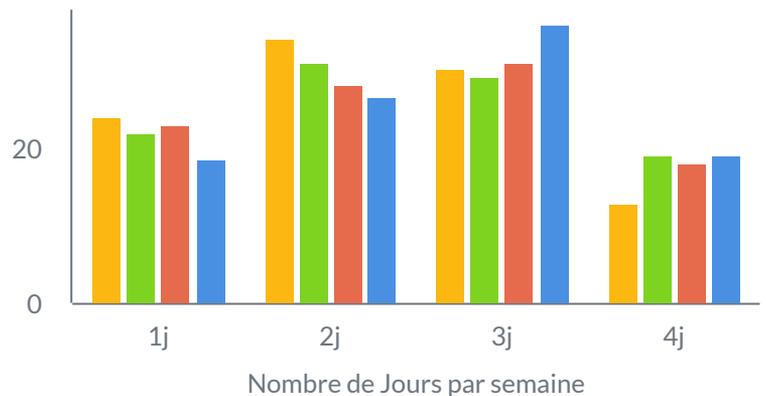
# VOTRE ACTIVITÉ

## Temps plein Vs Temps partiel



■ Plein (55.1%) ■ Partiel (44.9%)

## Jours travaillés / semaine



■ 2019 ■ 2020 ■ 2021 ■ 2022

Le travail à temps plein est redevenu majoritaire cette année.

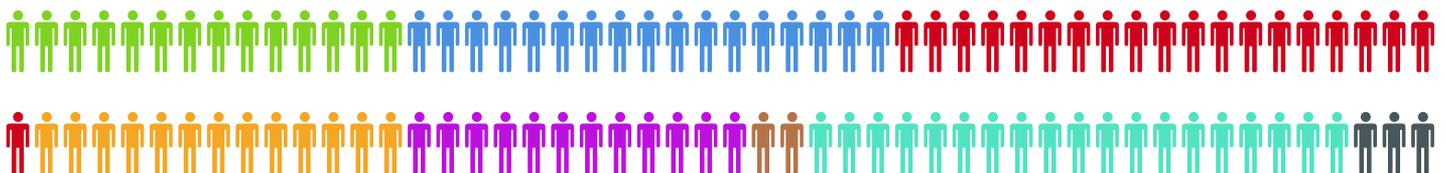
Le temps partiel est un choix personnel à 86,4%.

Le nombre de jours consacrés à l'activité semble augmenter.

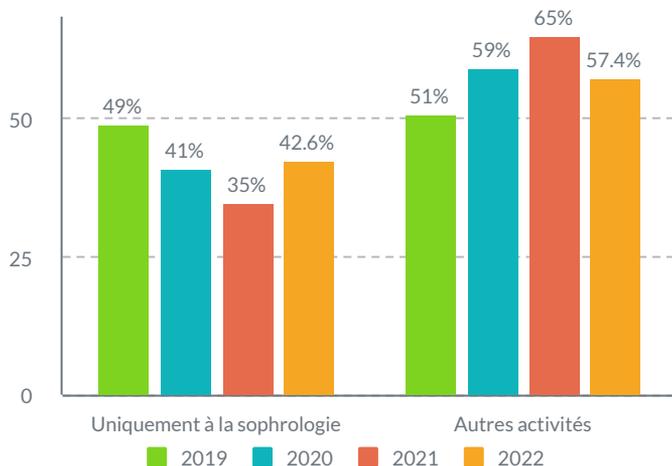
Le pourcentage de ceux qui exercent à temps partiel et ont une activité salariée passe de 65% à 67,5%.

Pour 78,9% d'entre eux, cette activité salariale représente le revenu principal.

On note une très forte augmentation des professionnels de santé qui passent de 7% à 19,27%



■ Activité salariée dans le secteur publique ou de la santé (13.76%) ■ Activité dans le secteur social, éducatif ou sportif (17.43%)  
 ■ Activité dans le secteur industriel, commercial, service... (20.18%) ■ Activité dans le secteur du conseil (consultant, coach, formateur...) (12.84%)  
 ■ Activité dans le secteur de l'enseignement public ou privé (tous niveaux) (11.93%) ■ Professionnel du bien-être ou de l'esthétique (1.83%)  
 ■ Professionnel de santé ou assimilé (diplôme d'état) (19.27%) ■ Commerçant (gros / détail) (2.75%)



La part des sophrologues qui n'exercent que la sophrologie remonte assez fortement de 35 à 42,6%.

Pour les 57,4% restant, une ou plusieurs autres techniques ou spécialités viennent compléter l'offre.

Top 5 des activités complémentaires :

- Hypnose : 46,7%
- Cohérence cardiaque : 19%
- Coaching (tous types) : 17,1%
- Méditation : 15,2%
- EFT : 14,3%

Là aussi, on peut soupçonner un effet COVID qui a freiné d'autres activités. Cette tendance reste donc à confirmer.

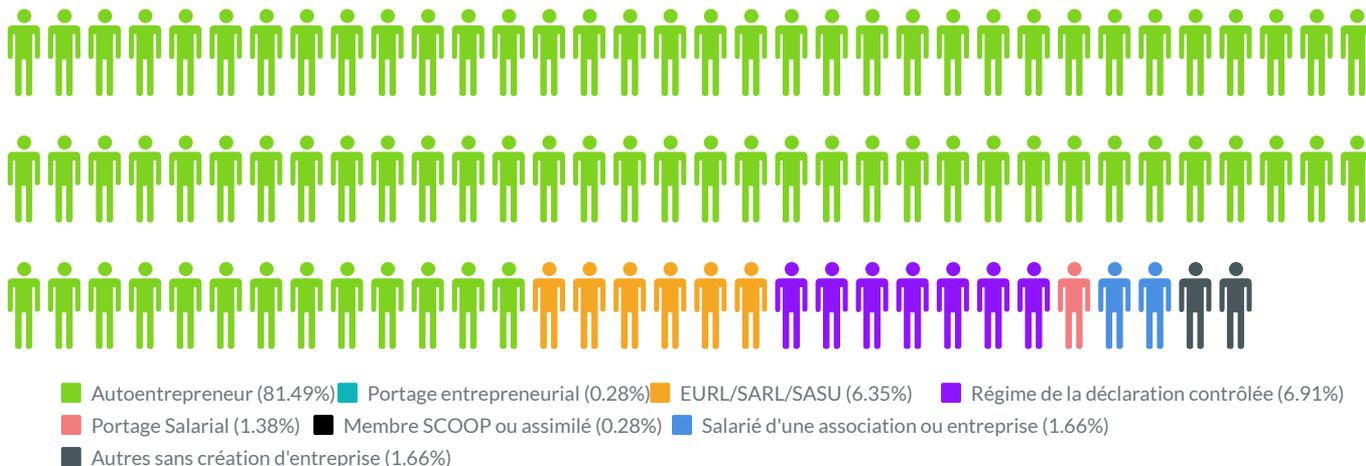


Le nombre de sophrologues en microentreprise marque un léger recul, passant de 83,1% à 81,49%

Ce résultat reste tout à fait cohérent avec l'exercice à temps partiel, en complément d'une activité salariée.

Après une poussée temporaire, le portage entrepreneurial et les SCOOP tendent à disparaître.

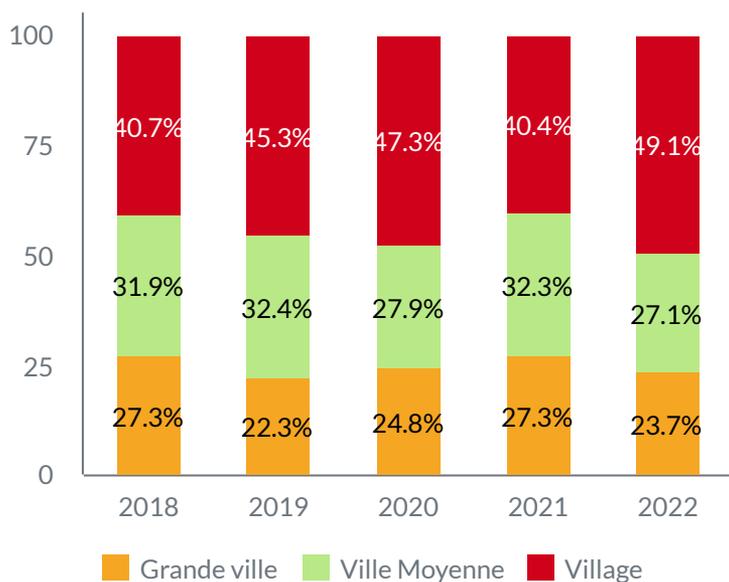
À l'opposé, les statuts de type EURL et indépendants sous le régime de la déclaration contrôlée qui, en dépit de la TVA et de l'administratif, continuent à attirer de plus en plus.



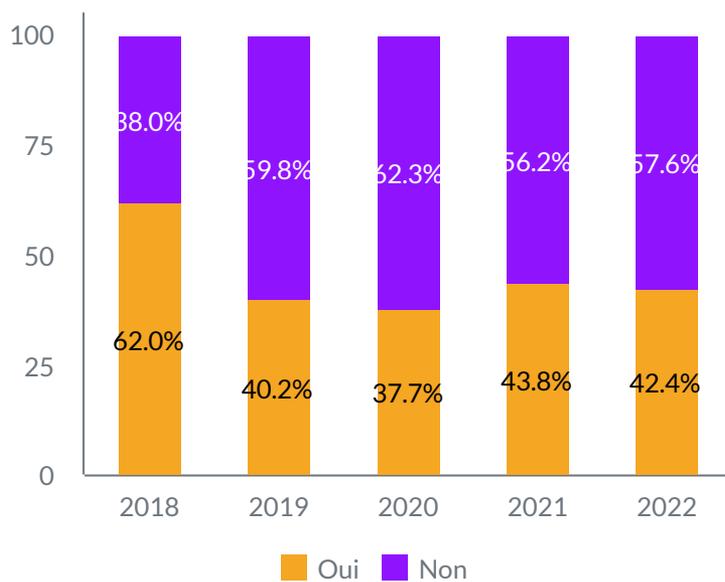
Mouvement de balancier, besoin de quitter les grandes villes après le confinement... ce sont les villes de moins de 20.000 habitants qui voient reflourir les cabinets.

Par contre, le nombre de sophrologues propriétaires de leurs locaux continue à marquer une très légère baisse.

Localisation



Propriétaire de son cabinet ?



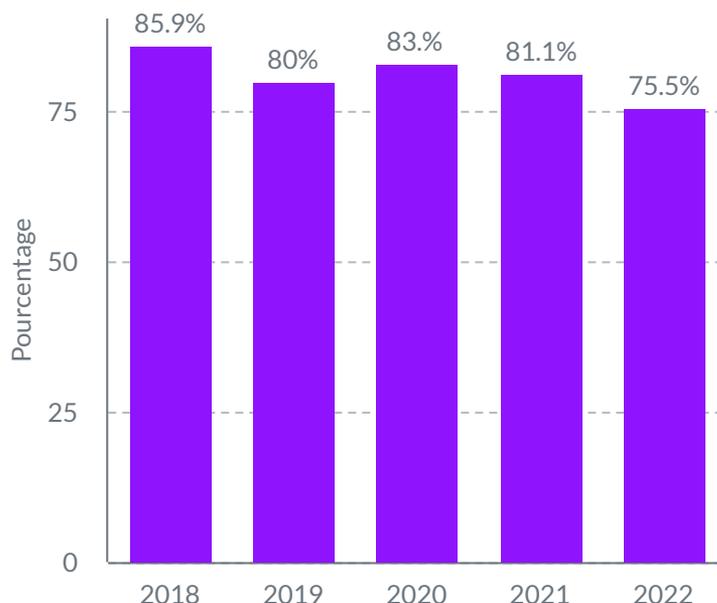
Pour les propriétaires de leurs cabinets, le nombre de cabinets installés à domicile continue à baisser avec une perte de 6,6%.

On pouvait s'attendre à une hausse en raison de basculement vers le travail à temps partiel. En effet, le cabinet à domicile est la solution la plus accessible financièrement. Mais il n'en est rien.

Pour les sophrologues qui louent un local, 38,2% n'ont pas encore effectué de mise aux normes ERP/PMR.

Nous vous rappelons qu'en cas de problème, votre assurance peut se désengager de toute indemnisation si vous n'avez pas respecté cette obligation.

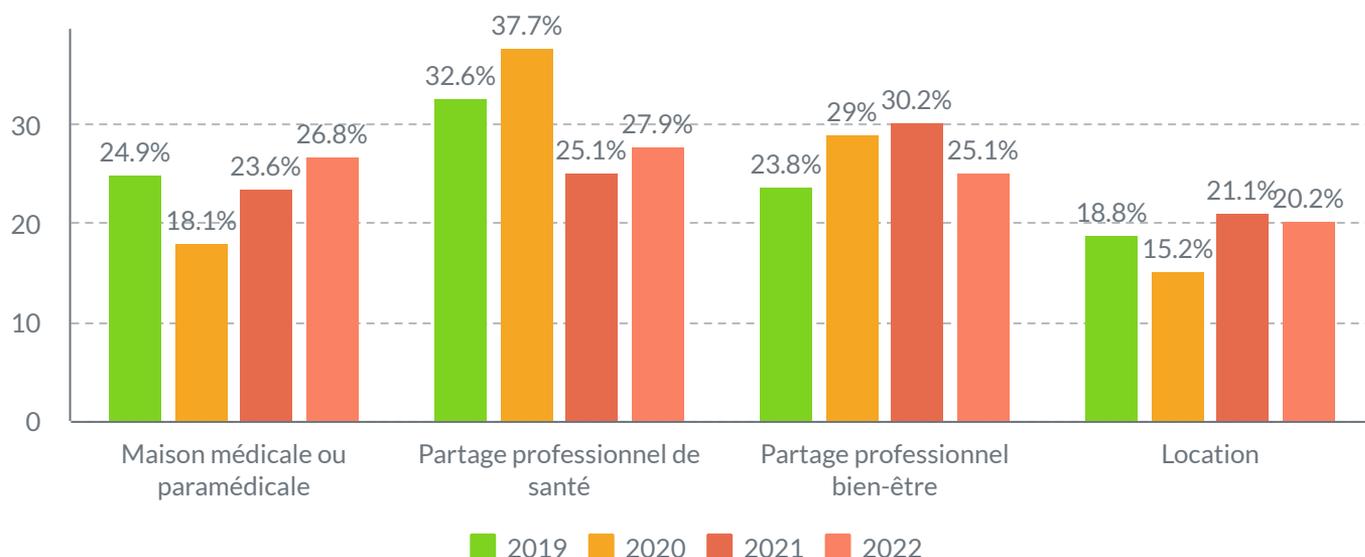
## Cabinet à Domicile



Les installations de sophrologues dans les maisons médicales ou paramédicales continuent de progresser. Après un grand recul, la coopération avec les professionnels de santé semble reprendre doucement.

Ces progressions se font au détriment de la location et du partage avec un professionnel du bien-être.

Attention, une fois encore, ce recul peut être lié aux effets des confinements. Louer un local représentait des charges importantes durant cette période.



# Formation Continue

Sur l'année 2021, 57,7% des répondants ont participé au moins à une formation ou un séminaire de spécialisation.

Parmi tous les grands domaines de formation, le top 5 s'établit de la façon suivante (total supérieur à 100%, car plusieurs réponses possibles) :

- Domaine des enfants et adolescents (23,8%)
- Extension sophro : sophro-yoga, aqua-sophro... (21,3%)
- Stress, examens, phobies (16,3%)
- Entreprenariat, adminsitraif, commercial (13,9%)
- Addictions au tabac, alimentaires... (12,9%)

Les intentions de formation sur 2022 semblent plus importantes. En effet, elles s'élèvent à 59,5%, soit une progression de 2,2%

Le top 5 des formations envisagées s'établit de la façon suivante (total supérieur à 100% car plusieurs réponses possibles) :

- Sophrologie en entreprise, QVT (20,7%)
- Extension sophro : sophro-yoga, aqua-sophro... (19,4%)
- Domaine des enfants et adolescents (16,4%)
- Périnatalité, PMA, sexologie (12,9%)
- Stress, examens, phobies qui arrive ex æquo avec le sommeil (11,2%)

Ces intentions de formation semblent en adéquation avec le vif intérêt que notre profession semble porter à l'entreprise cette année. Ce résultat est cohérent avec les chiffres qui seront présentés dans le chapitre dédié à la sophrologie en entreprise.

# Supervision

En 2021, vous avez été 34,4% à avoir fait appel à la supervision.

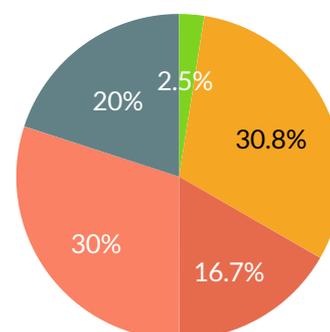
Par ordre de priorité, les sujets abordés portaient sur :

- Votre position de sophrologue, votre ressenti.
- Les techniques et autres contenus de séances
- Les aspects administratifs

Pour 2022, le nombre de répondants ayant l'intention de faire appel à la supervision fait un bon de 11,9% et passe à 46,3%

L'ordre des sujets reste le même, comme la fréquence.

## Fréquence Supervision



- Plusieurs fois par mois (2.5%)
- Une fois par mois (30.8%)
- Une fois tous les 2 mois (16.7%)
- Une fois par trimestre (30%)
- Une fois par semestre (20%)

# Référencement

## Comment communiquons nous ?

Pour nous faire connaître et communiquer sur nos activités, nous avons déployé de nombreuses stratégies, parmi lesquelles : (pourcentage supérieur à 100, car plusieurs réponses possibles) :

- Le bouche-à-oreille (92%)
- Une fiche Google My Business (80,6%)
- L'utilisation des réseaux sociaux (79,4%)
- Un site ou page web statique (66%)

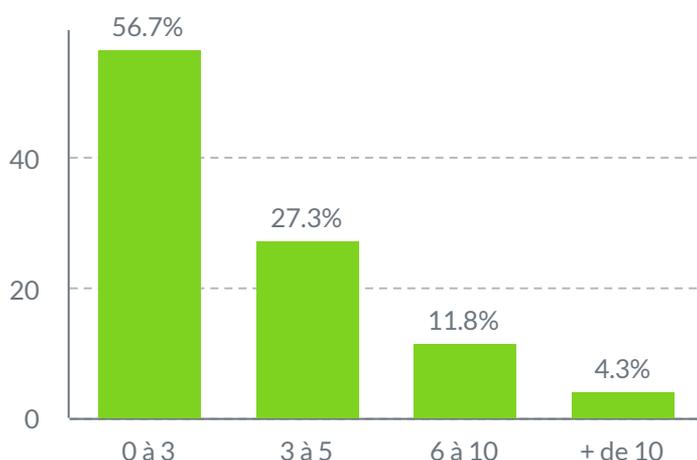
Par ailleurs, vous êtes 46% à utiliser un service de prise de rendez-vous en ligne. Si Doctolib sort grand vainqueur avec 47,2% d'utilisation, la seconde place est une grande surprise.

En effet, plutôt qu'un service en ligne, une grande majorité a préféré utiliser son site web et une extension spécialisée pour offrir un service de réservation en ligne.

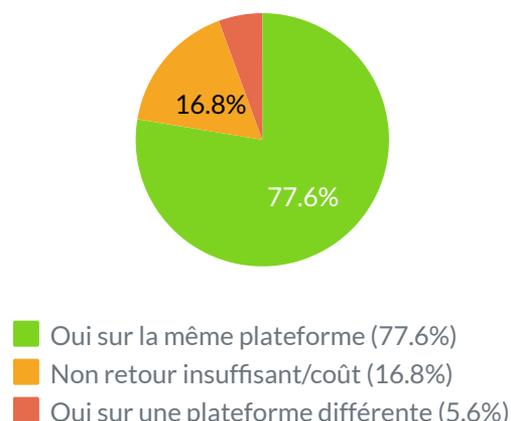
Médoucine, n'arrive qu'en troisième position.

Même si l'apport de clients reste relativement faible, le taux de satisfaction et l'envie de renouveler le service reste élevée à 77,6%

### Clients apportés par mois

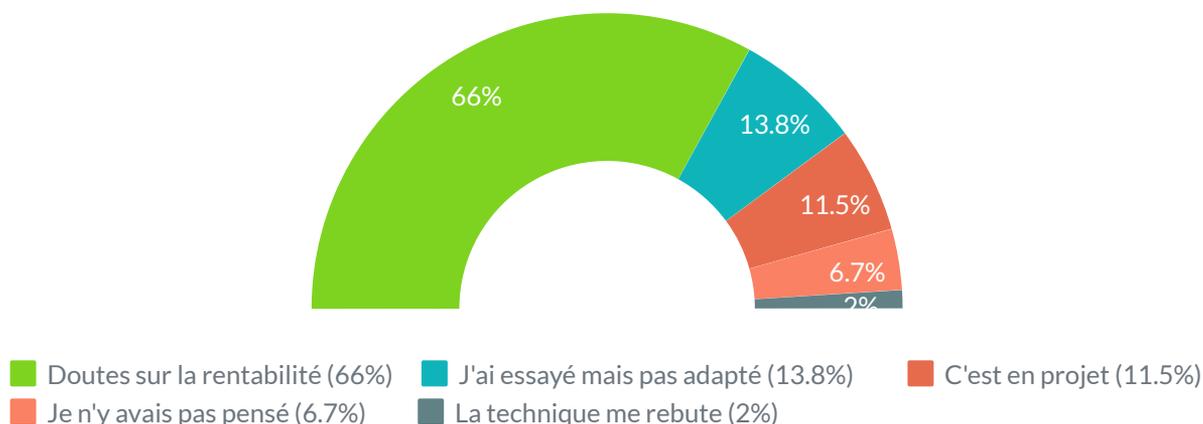


### Pensez-vous renouveler ce service



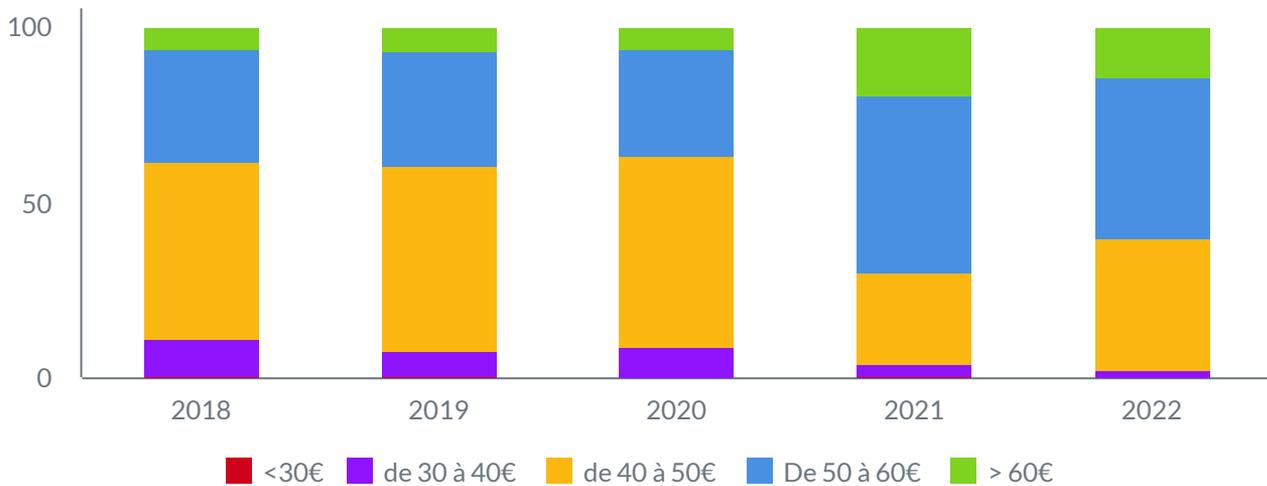
Pour celles et ceux qui n'ont pas encore sauté le pas, la rentabilité estimée (c'est-à-dire le rapport entre le coût et les gains) et la technique semblent être les principaux freins.

### Freins à l'adoption



# LES TARIFS

Probablement l'information qui va permettre à tous les futurs élèves sophrologues de construire leur fameux business plan...



## Tarifs individuels

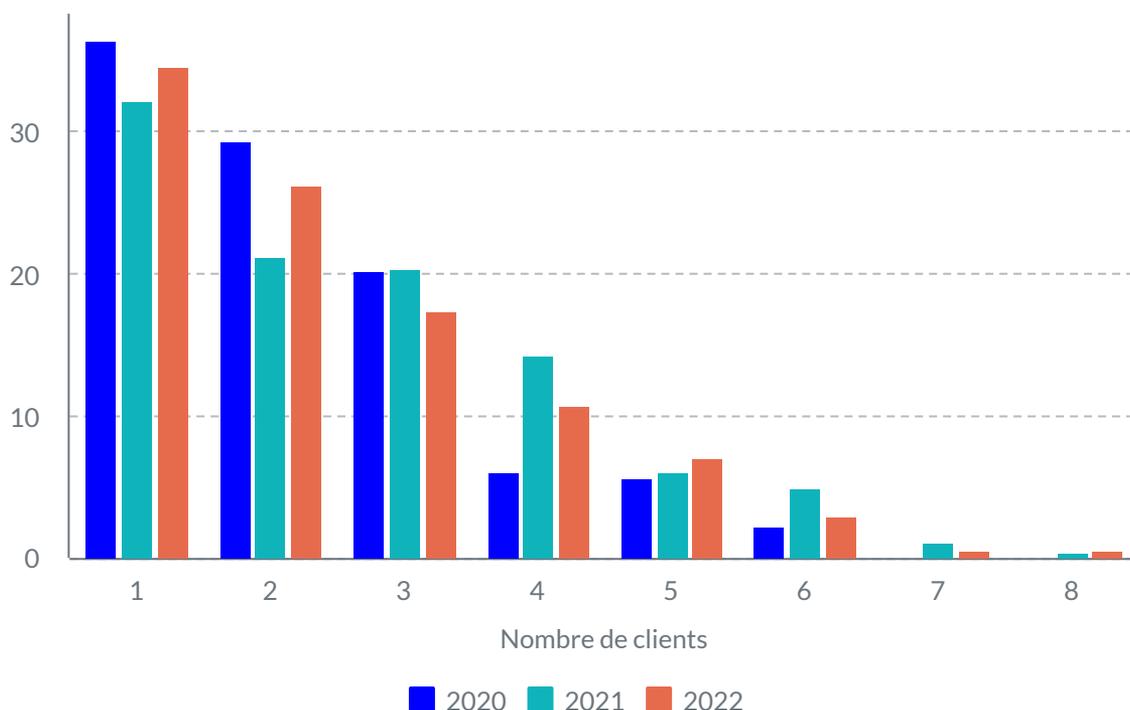
La tranche 50 à 60€ reste majoritaire, mais, une fois encore, un mouvement de correction tire nos prix vers le bas.

La seule tranche à progresser est celle de 40 à 50€.

Les tranches supérieures à 60€ et 50 à 60% perdent toutes les deux 5%. La tranche de 30 à 40% recule également et plus aucune consultation ne se fait sous les 30€.

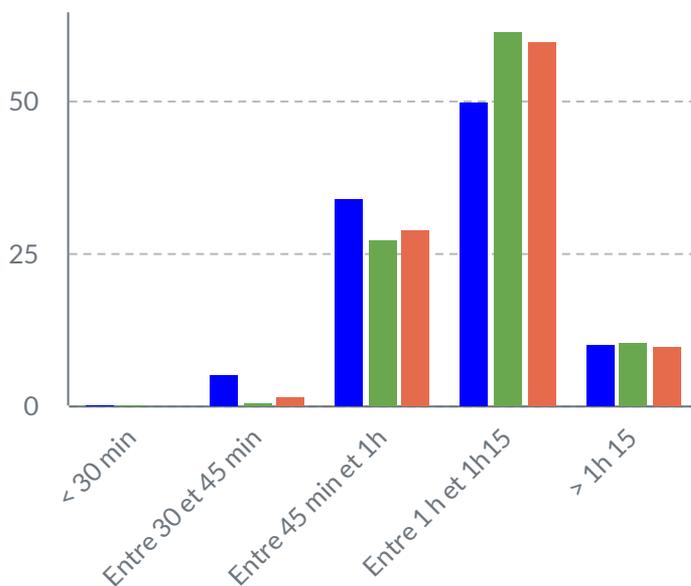
Sans grande surprise, le nombre de clients par jour est en baisse. Seuls 20% des sophrologues ont plus de 4 rendez-vous sur la même journée.

## Nombre de clients par jour



L'analyse de ce nombre de consultation par jour travaillé ne pouvait s'effectuer qu'en rapport avec le temps que nous allouons à chacun de nos clients, hors anamnèse.

## Temps de consultation



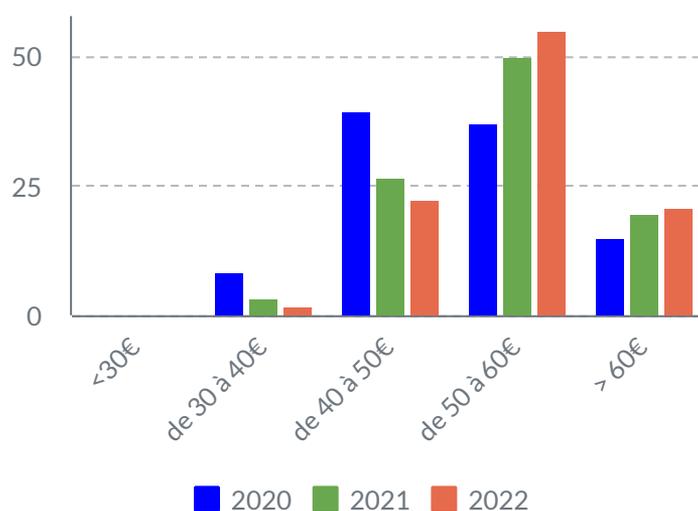
Cette année, on note un léger recul du temps passé avec chacun de nos clients.

Effet visio ou pas, si la majorité reste entre 1h et 1h15, cette tranche recule légèrement au profit de la tranche 45 min - 1H.

Malgré le COVID, le nombre de sophrologues à proposer des séances à domicile ne recule que de 5,4 %, passant de 69% à 64,6%.

À l'inverse de nos tarifs en cabinets, les tarifs à domicile ont tendance à augmenter

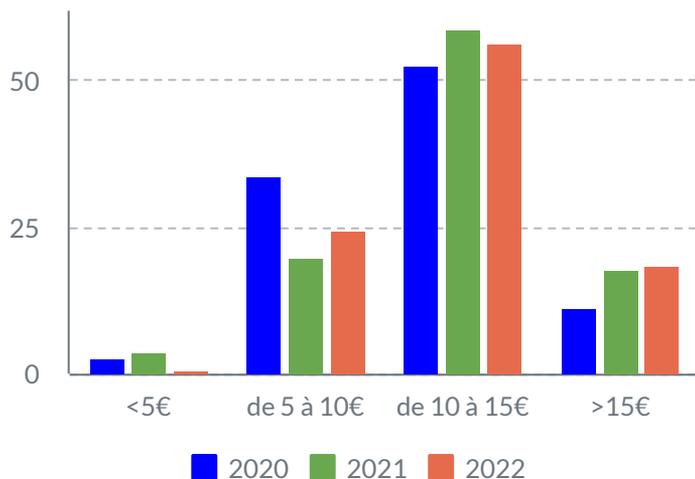
## Tarifs à domicile



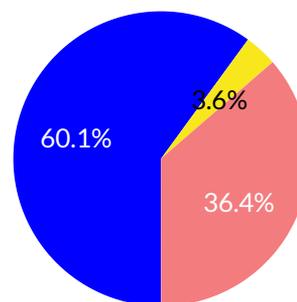
Le nombre de sophrologues qui proposent des séances de groupe recule très légèrement de 75,7% à 73,1%

Ici aussi, les tarifs sont en hausse.

## Tarifs groupes 2019



## Structure des groupes



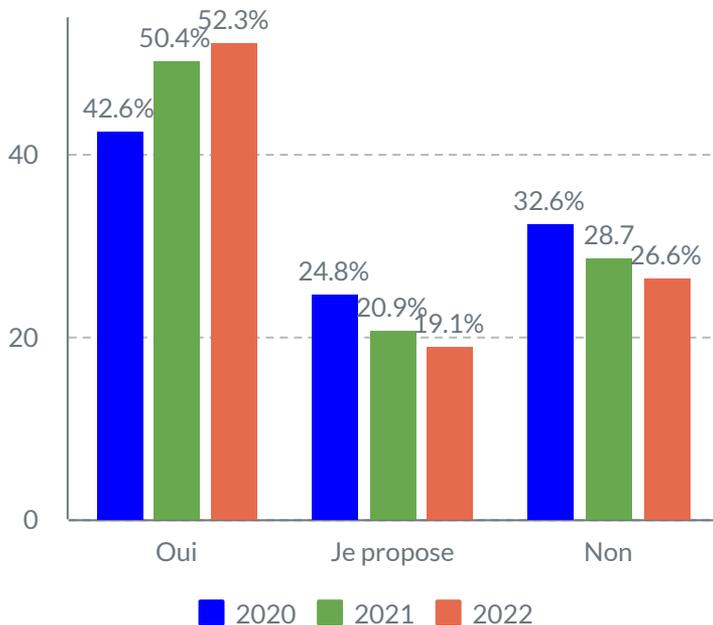
Cette année nous sommes plus nombreux à gérer nos groupes nous-mêmes. Nous passons de 52,9% à 60,1%. Sans doute, encore un effet COVID

Pour ceux qui ont créé une association, 41,7% sont au sein du bureau, ce qui n'est pas un problème en soit puis que personne n'est rémunéré pour ces fonctions.

- Par nous-mêmes (60.04%)
- Une association créée (3.6%)
- Une association existante (36.36%)

# SOPHRLOGIE ET ENTREPRISE

## Interventions en entreprises



Le nombre de sophrologues intervenant en entreprise continue de croître, confirmant ainsi la tendance déjà visible l'année dernière.

Qu'il y ait, ou non, une reprise épidémique, cette tendance va encore perdurer.

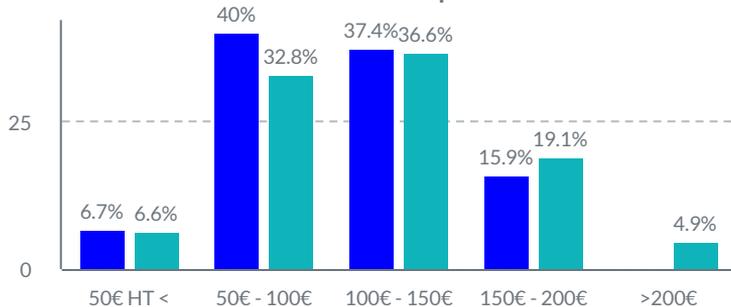
Qu'ils soient en télétravail ou de retour sur site, le besoin des salariés et l'envie des entreprises est très clairement à la hausse.

En termes de typologie d'interventions, peu de changements. L'animation de groupe de relaxation arrive toujours en tête des activités.

Les interventions courtes de 1 à 2 h sur des thématiques précises (sommeil, gestion du stress ...) occupent les secondes et troisièmes places, devant les interventions de découverte.

La "formation" proprement dite sur ces mêmes thèmes arrive très loin derrière. Les séances individuelles avec un suivi ferment toujours la marche.

## Tarifs en entreprises

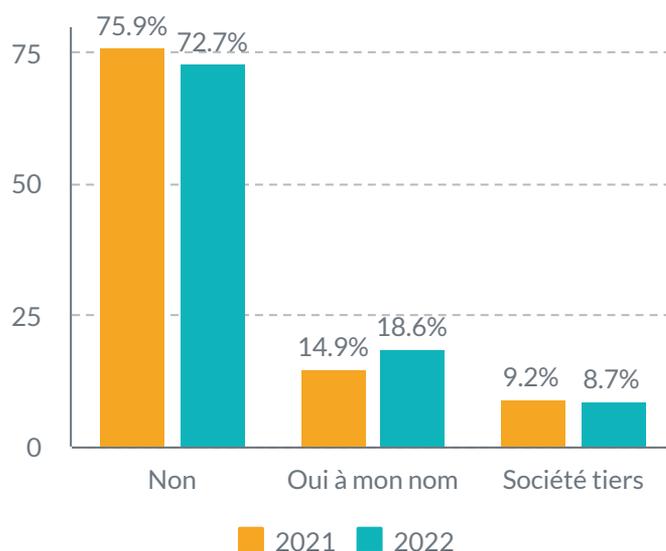


La demande se faisant plus forte, les tarifs augmentent.

Cette année, nous assistons à des facturations qui dépassent les 200€ / h.

Concernant l'aspect spécifique de la formation, les sophrologues qui interviennent en entreprise restent assez peu nombreux à disposer d'un agrément de formation en nom propre, mais on note une augmentation de 3,7%

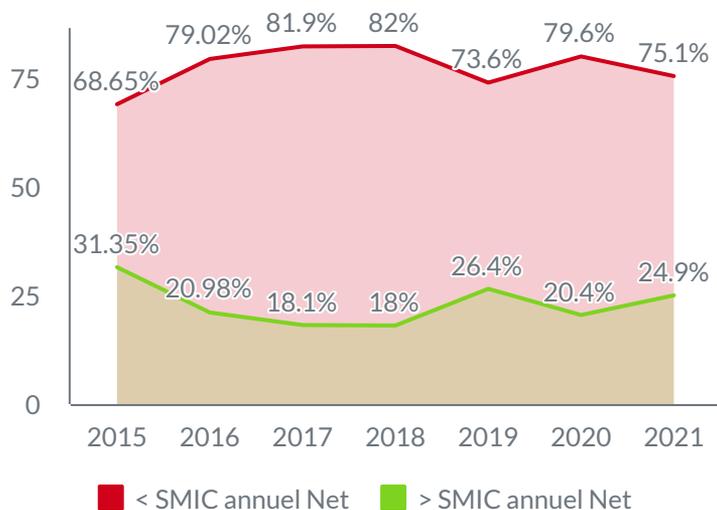
Les chiffres laissent à penser qu'une partie d'entre nous, qui travaillions déjà en entreprise, ont effectué ces demandes d'agrément.



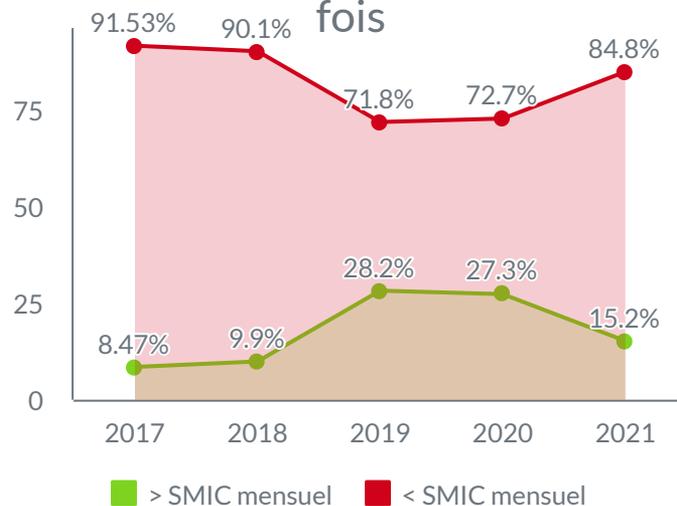
# NOS REVENUS

Pour conclure cette étude, voici enfin la réponse à la question que vous vous posez tous : quel est notre niveau de revenus moyens ?

## Évolution sur 6 ans



## A dépassé le SMIC au moins 1 fois



### **Préambule :**

Les chiffres communiqués étant ceux de l'année fiscale 2021, il y a donc un décalage. Même si nous sommes déjà en 2022, nous ne pouvons avoir qu'une vision de l'année 2021.

Par ailleurs, l'analyse qui vous est proposée ne l'est qu'à titre indicatif. Elle n'a rien de scientifique. Chacun sera libre d'en tirer ses propres conclusions.

### **Analyse :**

2021 est à la fois une année où les effets de la COVID se font encore sentir et celle d'une reprise en pente douce.

Si l'on remarque une remontée de 4,5% de nos revenus annuels, cette hausse ne semble pas généralisée à toute la profession.

Ainsi, 28,2% des répondants déclarent des revenus en baisse sur 2021 par rapport à 2020 qui était la pleine année de pandémie.

Ce constat s'effectue aussi au travers du nombre de sophrologues ayant réussi à dépasser le seuil du SMIC mensuel net au moins une fois dans l'année. Ce chiffre a chuté de 27,3% à 15,2%.

On peut donc en déduire que la reprise est non seulement timide, mais qu'elle ne profite pas à tous. Un écart continue de se creuser entre le petit nombre qui, financièrement, arrive à sortir la tête de l'eau et le reste des sophrologues.

Cette réalité semble être confortée par le nombre de professionnels qui optent pour une activité salariée comme source principale de revenus et n'exercent plus que par passion.

Me retrouver sur les réseaux sociaux

