



# Le Métier de Sophrologue en 2024

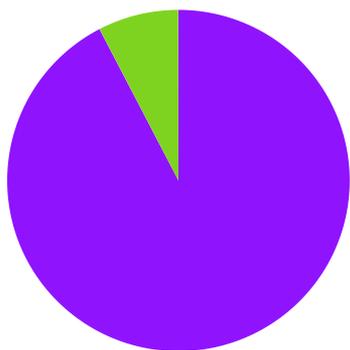
Cette année, vous avez été un peu moins nombreux à répondre à l'étude sur le métier de sophrologue que pour l'édition 2023, année record. Mais, au nom de toutes celles et de tous ceux à qui ces informations seront précieuses, je vous en remercie.

Comme tous les ans, j'ai l'obligation de rappeler que ces chiffres sont issus d'informations communiquées par les participants, sur la base de l'exercice fiscal 2023. Ils n'ont aucune valeur scientifique.

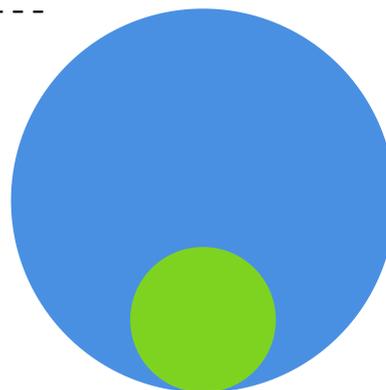
Cette étude, comme les précédentes, est sous licence Creative Comon Attribution – Pas d'Utilisation Commerciale – Partage dans les Mêmes Conditions 4.0 International (CC BY-NC-SA 4.0). Vous pouvez donc l'utiliser comme bon vous semble, dans sa globalité ou en partie, dans le respect absolu des 2 contraintes suivantes :

- **Pas d'utilisation commerciale : interdiction de la vendre 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



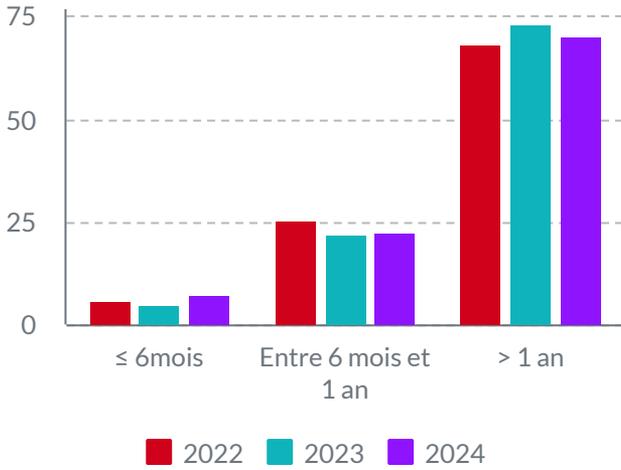
■ Femmes (92.39%) ■ Hommes (7.61%)



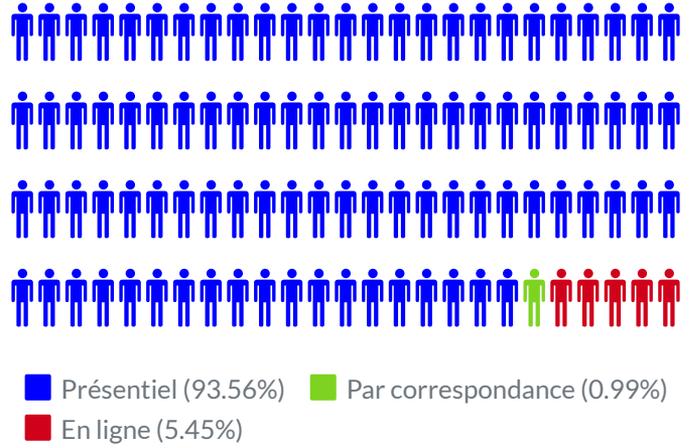
● 25 à 40 ans (12.56%) ● >40 ans (87.44%)

# FORMATION

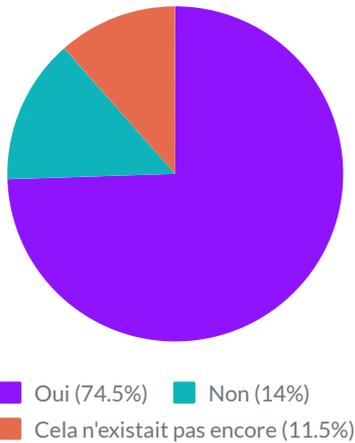
## Durée de la formation



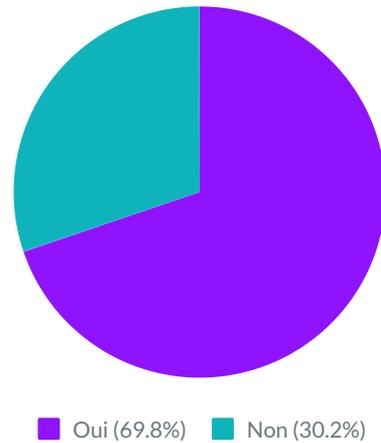
## Mode de formation



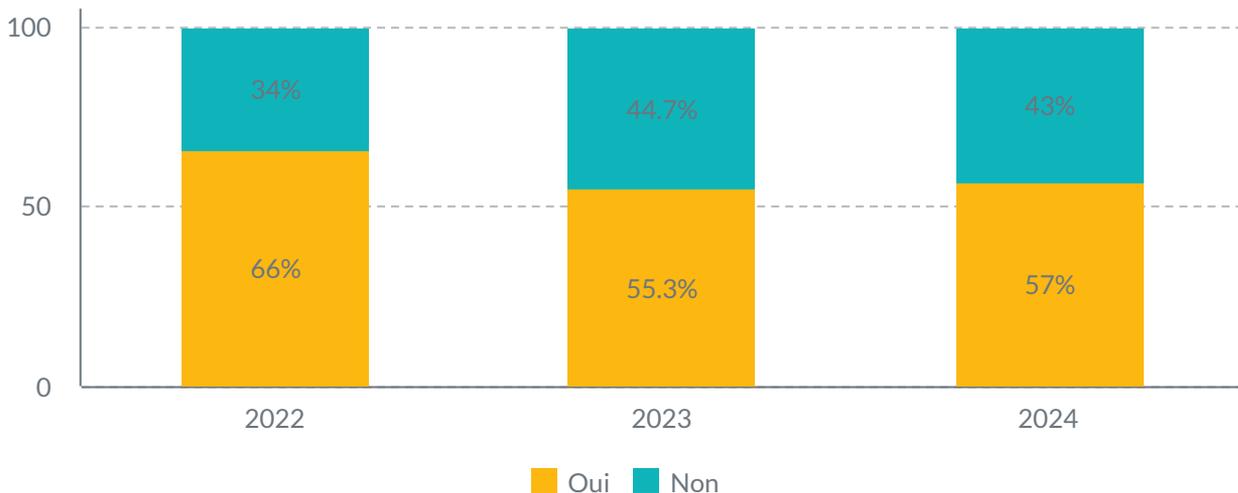
## Votre école avait-elle fait enregistrer sa formation au RNCP ?



## Avez-vous passé un examen spécifique pour bénéficier du RNCP ?

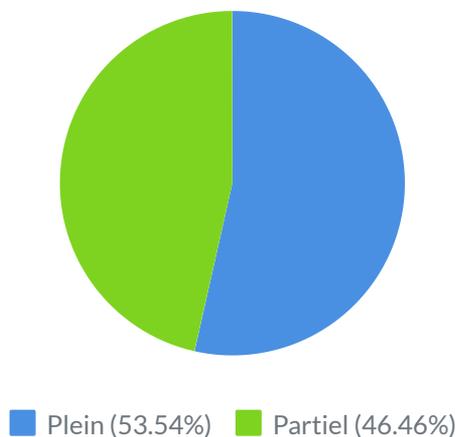


## RNCP vous semble nécessaire ?

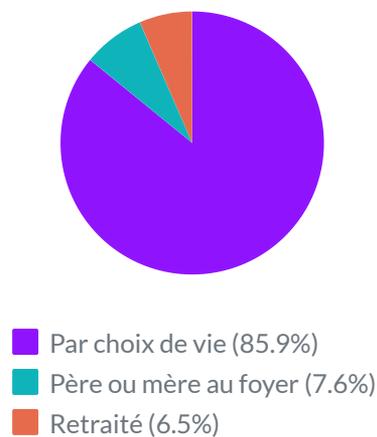


# VOTRE ACTIVITÉ

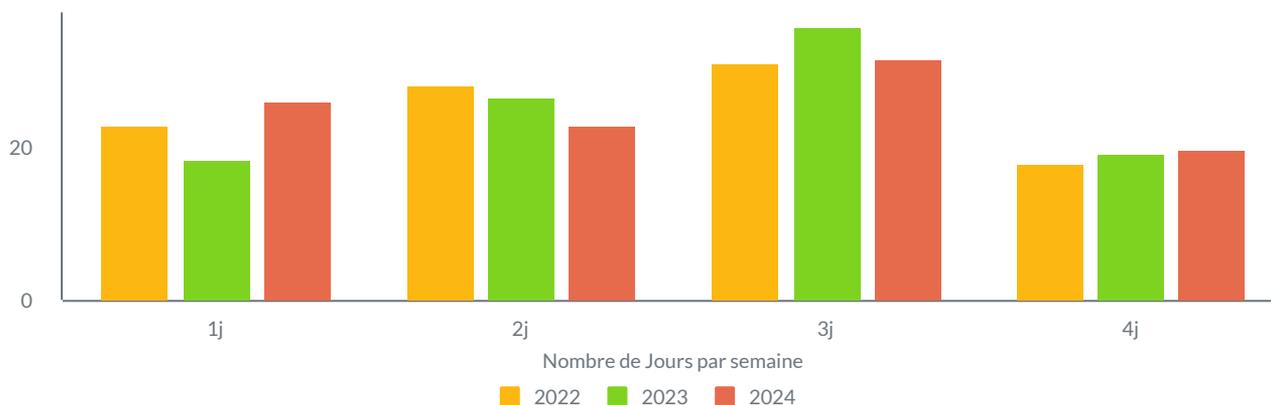
Temps plein Vs Temps partiel



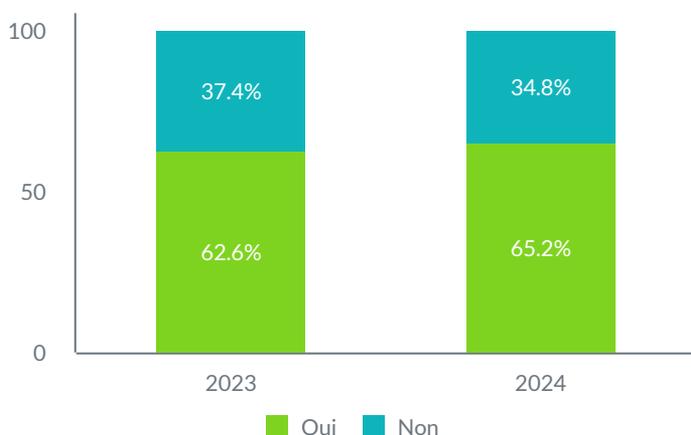
Pourquoi le temps partiel ?



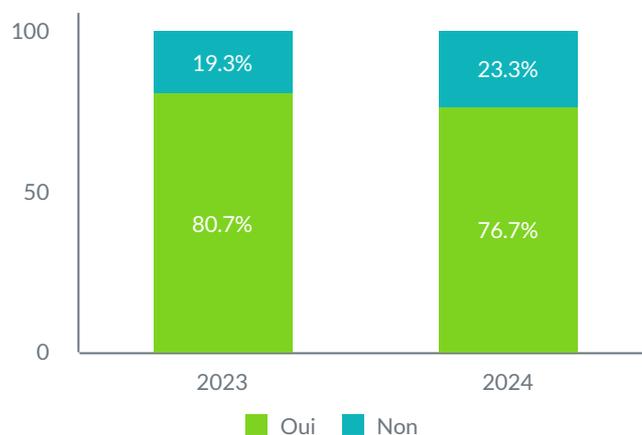
Jours travaillés / semaine



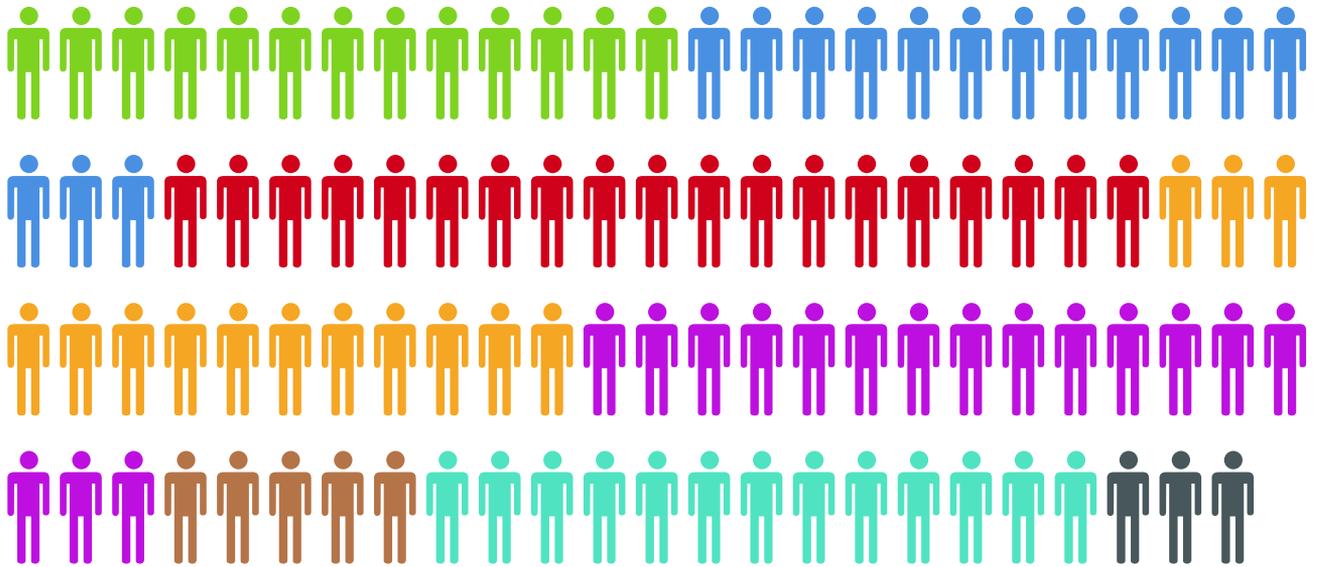
Exercez-vous une autre activité salariée, commerciale ou libérale ?



Cette autre activité est-elle la source principale de vos revenus ?

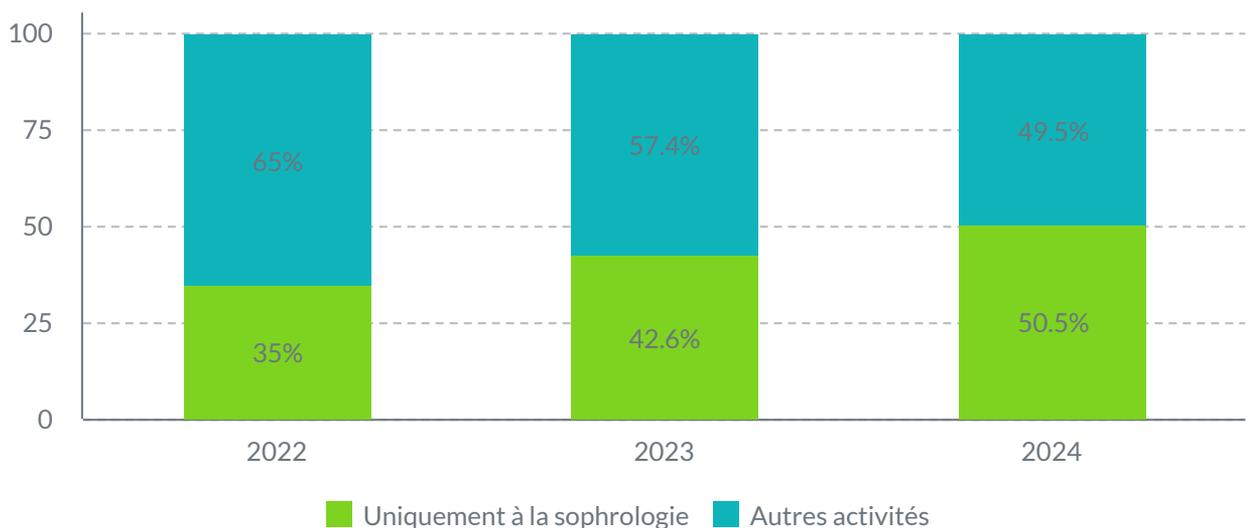


## De quel type d'activité relève l'entreprise qui vous emploie ?



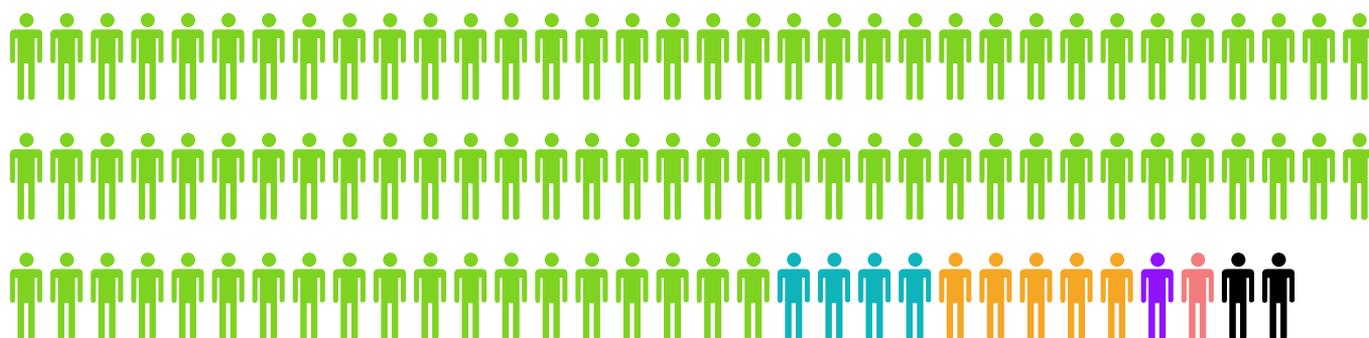
- Activité salariée dans le secteur public ou de la santé (13.48%)
- Activité dans le secteur social, éducatif ou sportif (15.2%)
- Activité dans le secteur industriel, commercial, service... (18.54%)
- Activité dans le secteur du conseil (consultant, coach, formateur...) (13.98%)
- Activité dans le secteur de l'enseignement public ou privé (tous niveaux) (16.92%)
- Professionnel du bien-être ou de l'esthétique (5.07%)
- Professionnel de santé ou assimilé (diplôme d'état) (13.48%) ■ Commerçant (gros / détail) (3.34%)

La sophrologie (consultations individuelles, groupe, entreprise) est-elle votre unique spécialité ou activité dans le cadre de votre entreprise ?



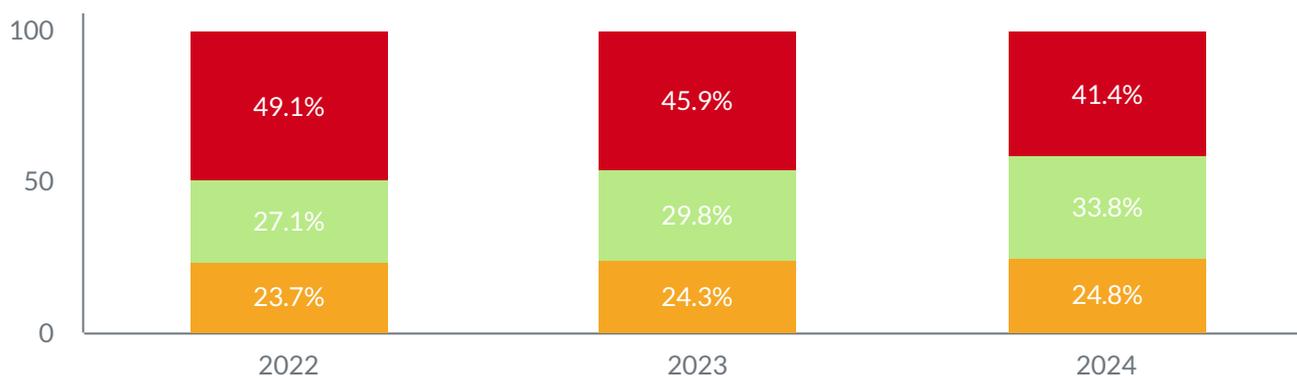
# VOTRE MODELE ECONOMIQUE

## Votre statut juridique



■ Autoentrepreneur (87.25%) 
 ■ EURL/SARL/SASU (4.03%) 
 ■ Régime de la déclaration contrôlée (4.7%) 
 ■ Portage Salarial (0.67%) 
 ■ Membre SCOOP ou assimilé (0.67%) 
 ■ Salarié d'une association ou entreprise (2.01%) 
 ■ Autres sans création d'entreprise (0.67%)

## Vous exercez



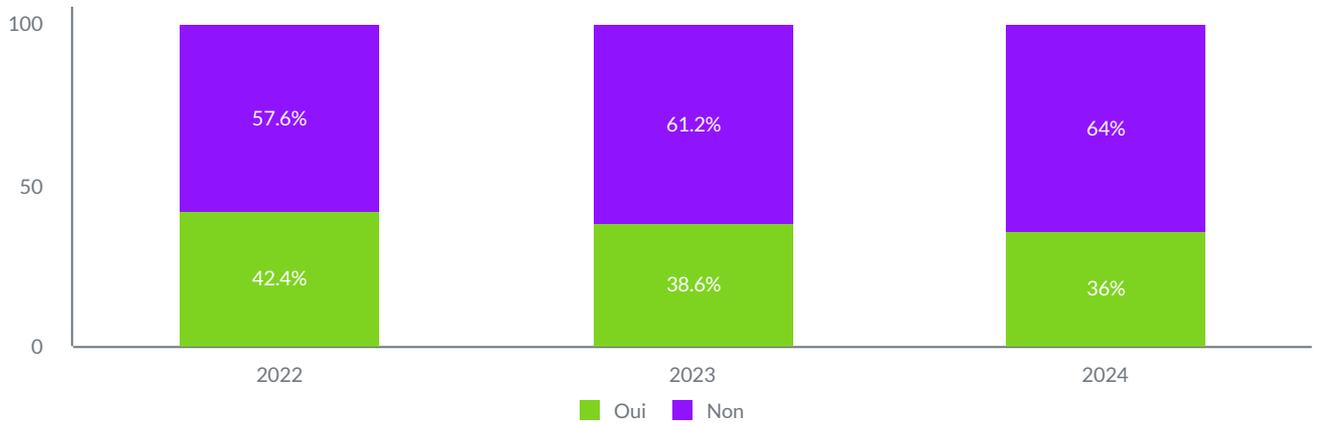
■ Grande ville (>100 000 habitants) 
 ■ Ville Moyenne (entre 20 000 et 100 000 habitants) 
 ■ Petite ville (< 20 000 habitants)

## Top 5 des régions de France où exercent les sophrologues

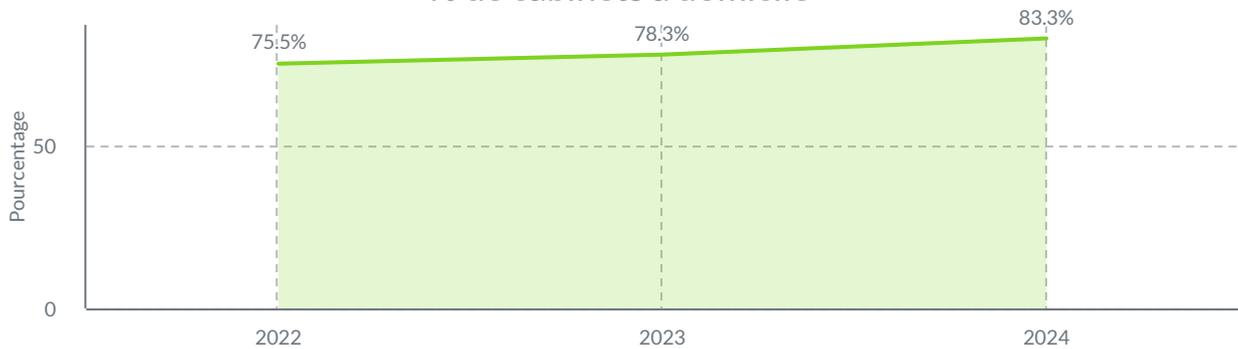
Rang	Région
1	Île-de-France
2	Pays de la Loire
3	Nouvelle Aquitaine Occitanie (ex aequo)
4	Hauts de France
5	Normandie



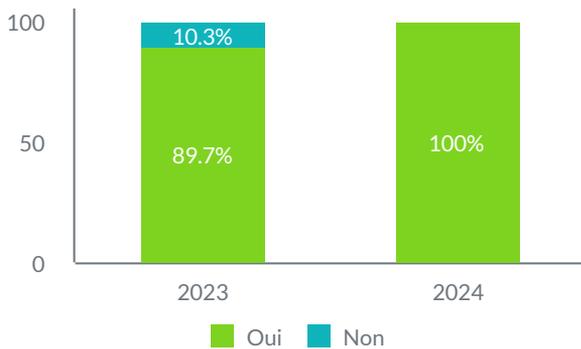
## Vous êtes propriétaire de votre cabinet



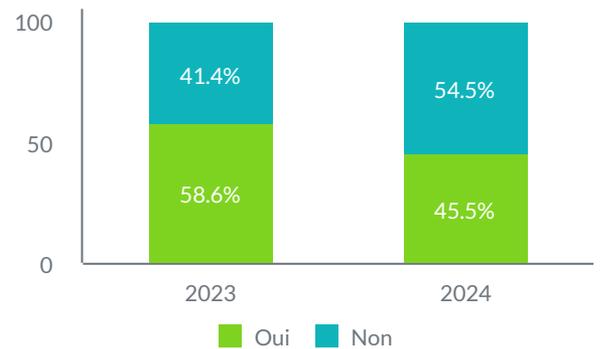
## % de cabinets à domicile



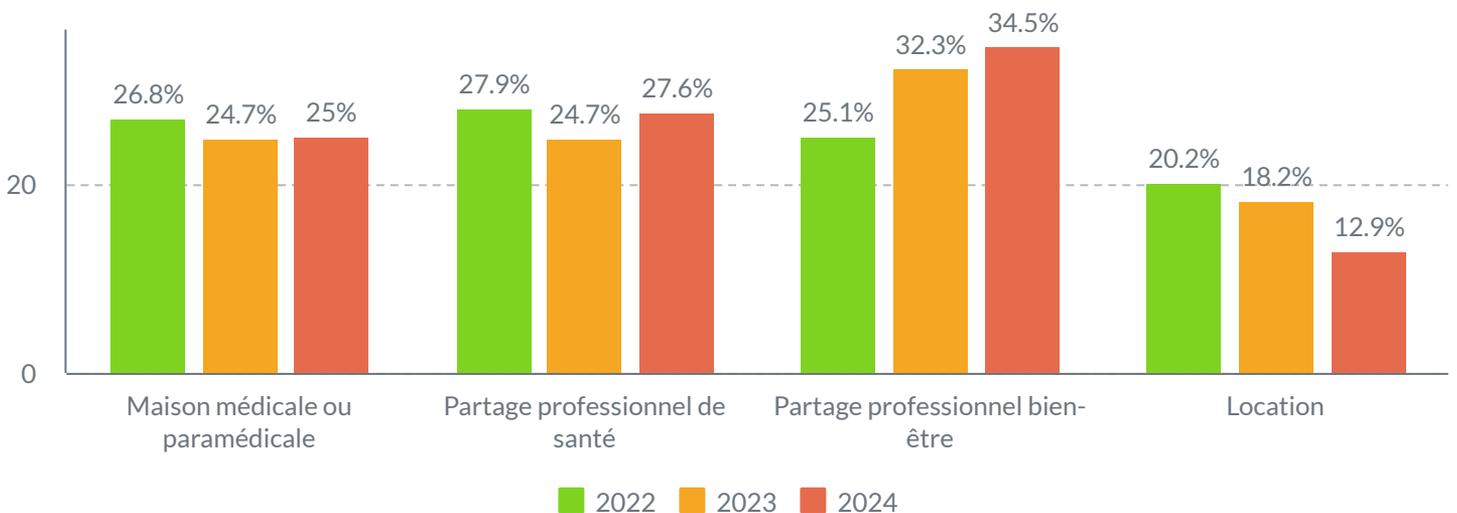
## Êtes-vous informé des normes ERP et handicap ?



## Avez-vous effectué la mise aux normes ?



## Installations hors domiciles



# Formation Continue

Sur l'année 2023, 60,1% des répondants ont participé au moins à une formation ou un séminaire de spécialisation (59,9% en 2022)

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 (21%)
- Périnatalité, PMA, sexologie (12,9%)
- Stress, examens, phobies (11,8%)
- Entreprenariat, adminsitraif, commercial (11,8%)
- Extension sophro : sophro-yoga, aqua-sophro... (10,1%)
- Sophrologie en entreprise, QVT ... (10,1%)

Les intentions de formation sur 2023 semblent plus importantes. En effet, elles s'élèvent à 66,7%.

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

- Domaines autres que la sophrologie (50,8%)
- Sophrologie en entreprise, QVT (14,4%)
- Enfants et/ou adolescents (12,1%)
- Extension sophro : sophro-yoga, aqua-sophro... (8,3%)
- 3e âge et HEPAD (7,6%%)
- Stress, examens, phobies (6,8%)

# Supervision

## Fréquence Supervision

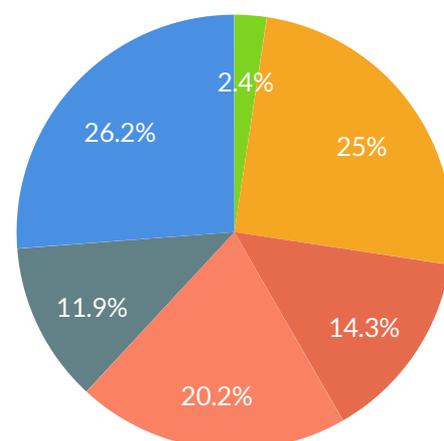
En 2023, vous avez été 42,4% à avoir fait appel à la supervision.

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 2023, le nombre de répondants ayant l'intention de faire appel à la supervision passe à 45,5%

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



- Plusieurs fois par mois (2.4%)
- Une fois par mois (25%)
- Une fois tous les 2 mois (14.3%)
- Une fois par trimestre (20.2%)
- Une fois par semestre (11.9%)
- Ponctuellement (26.2%)

# 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) :

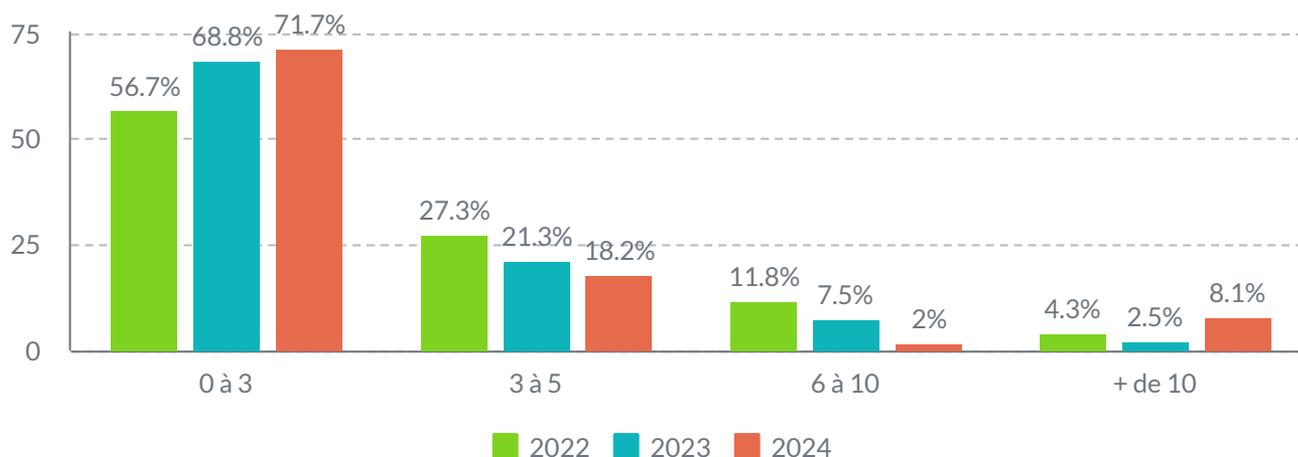
- Le bouche-à-oreille (96,5%)
- Une fiche Google My Business (80,3%)
- L'utilisation des réseaux sociaux (71,7%)
- Un site ou page web statique (63,1%)

Par ailleurs, vous êtes 50% (contre 44,2% en 2023) à utiliser un service de prise de rendez-vous.

La solution la plus populaire est Terapiz (39,4%) suivie de Calendly (21,2%). De nombreux participants utilisent leur site web pour cette fonction, en ajoutant des modules spécifiques.

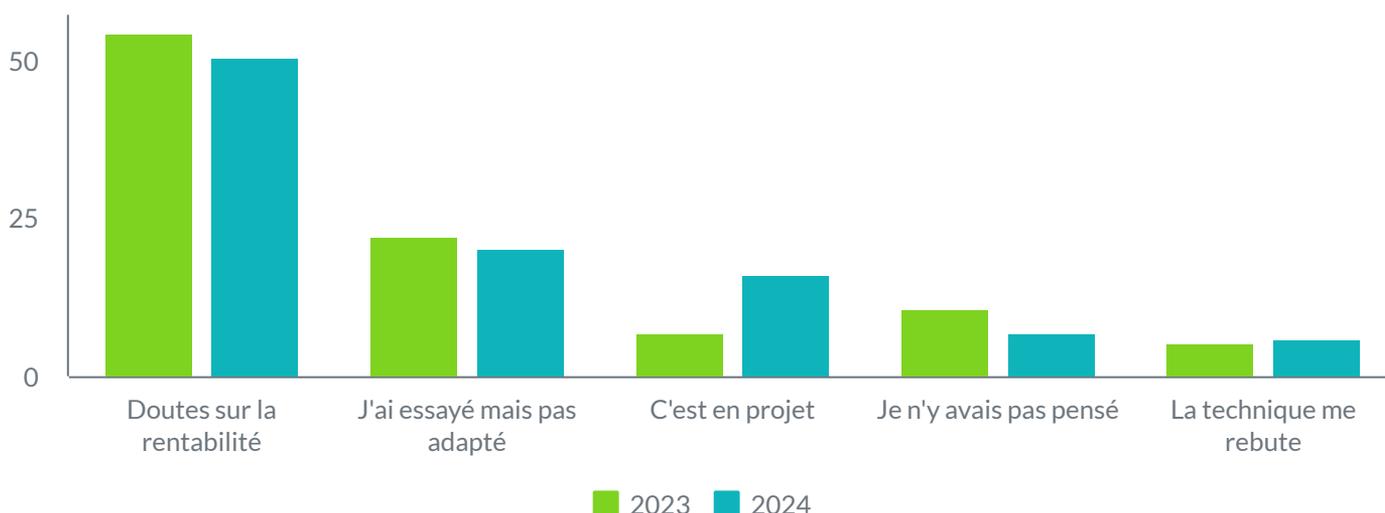
Même si l'apport de clients reste relativement faible (entre 0 et 3 client par moi pour 71,7%), le taux de satisfaction et l'envie de renouveler le service reste élevée à 84,8%

## Clients apportés par mois



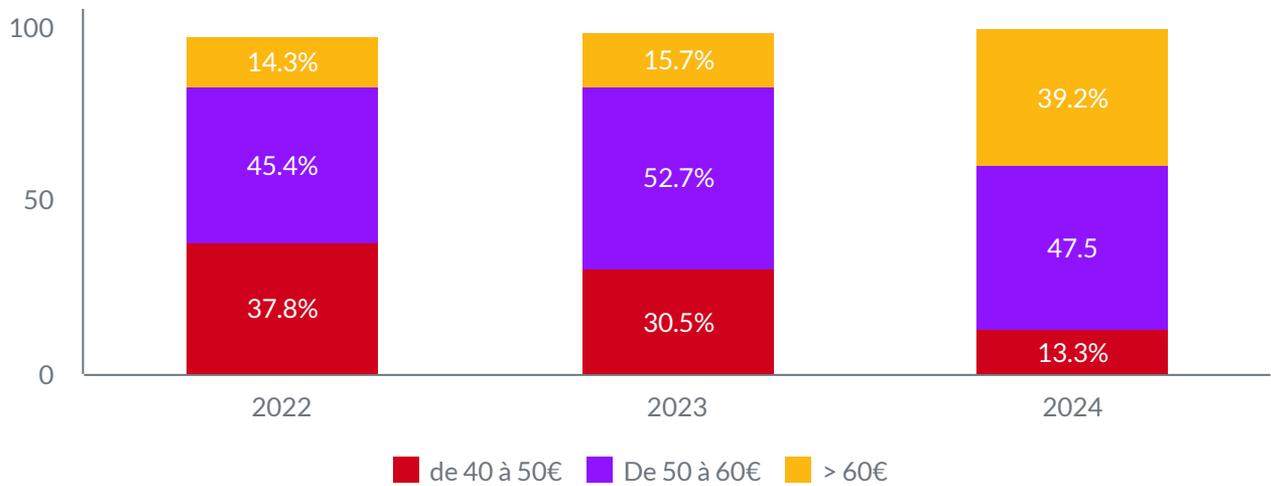
Pour celles et ceux qui n'ont pas encore sauté le pas, la rentabilité estimée (c'est-à-dire le rapport entre le coût et les gains) et la technique semblent être les principaux freins.

## Freins à l'adoption



# LES TARIFS

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

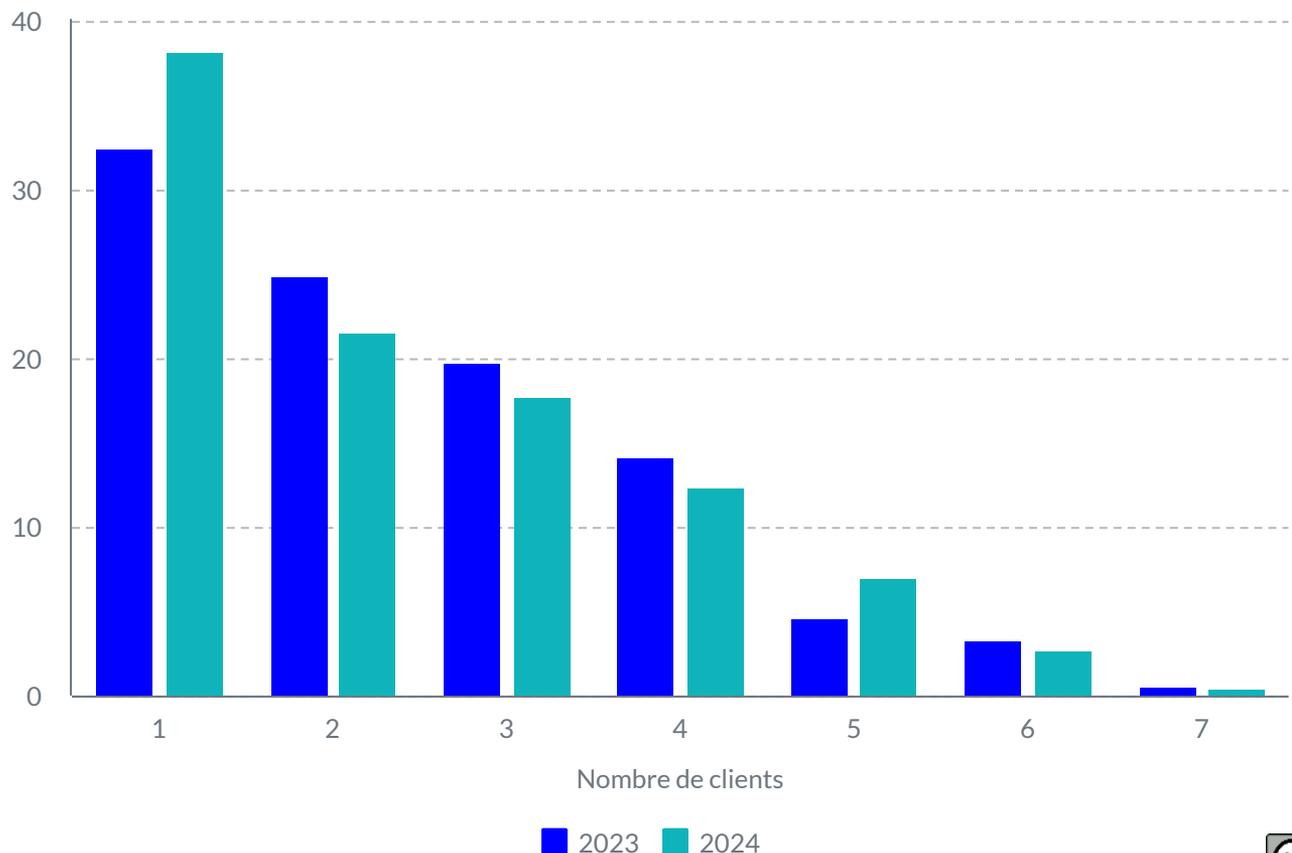


## Tarifs individuels

Même si la tranche 50 à 60€ reste majoritaire on constate une assez forte augmentation des tarifs.

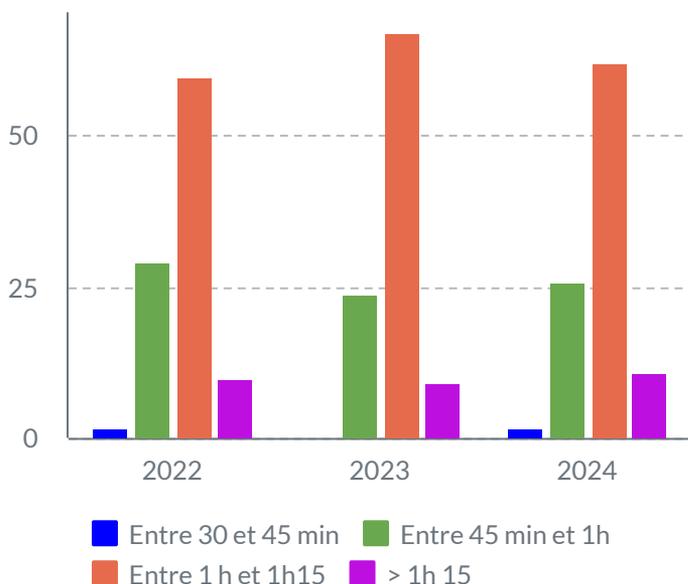
Moins de 10% des sophrologues ont plus de 4 rendez-vous sur la même journée.

## 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

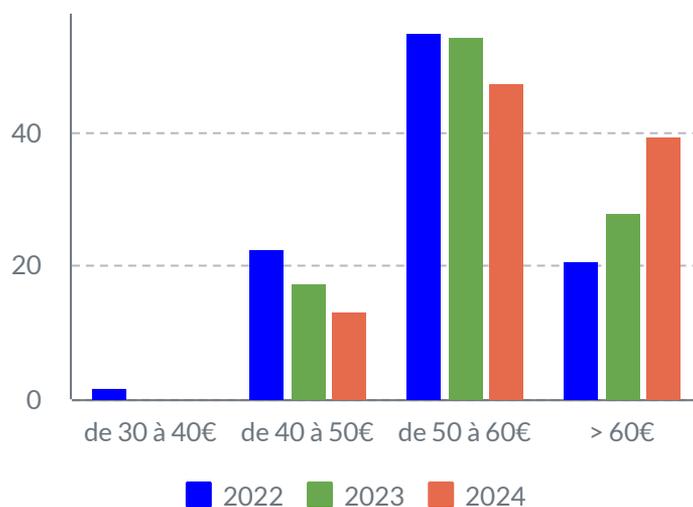


Cette année, on note une légère augmentation du temps passé avec chacun de nos clients.

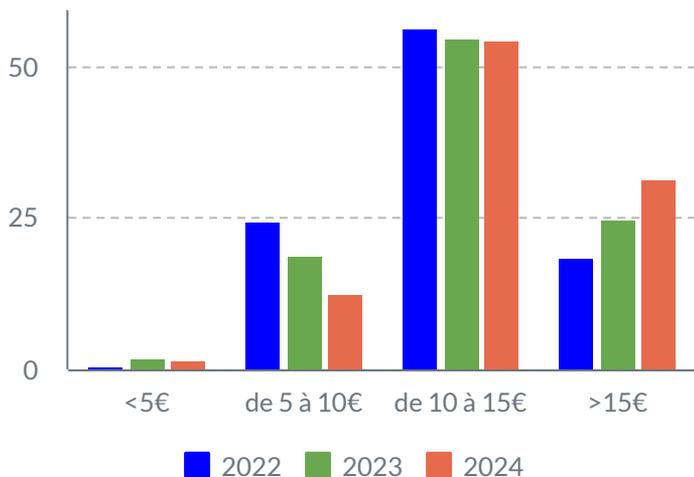
Le nombre de sophrologues à proposer des séances à domicile recule pour la 4e année consécutive, passant de 61,6% à 60.6%.

Les tarifs à domicile ont tendance à augmenter assez fortement.

## Tarifs à domicile



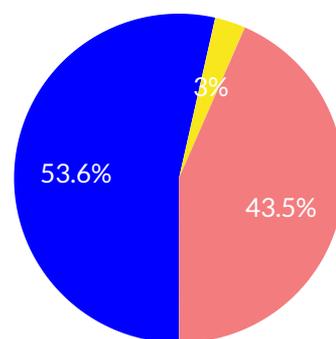
## Tarifs groupes 2019



Le nombre de sophrologues qui proposent des séances de groupe continu de remonter en passant de 79.6% à 84.8%

Ici aussi, les tarifs sont en hausse.

## Structure des groupes

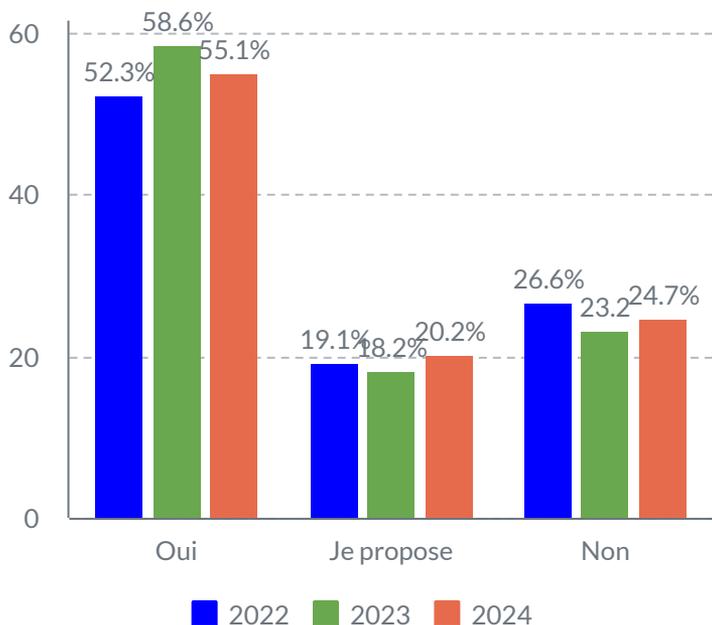


Vous êtes 53,6% à organiser vous-même vos séances de groupe, sous couvert de votre entreprise et sans passer par une association.

■ Par nous-mêmes (53.55%) ■ Une association créée (3%)  
■ Une association existante (43.46%)

# SOPHRLOGIE ET ENTREPRISE

## Interventions en entreprises



Le nombre de sophrologues intervenant en entreprise recule de 3,5%. Ce qui est une première depuis 3 ans.

Ce point est d'autant plus remarquable que l'offre continue à progresser de 2%

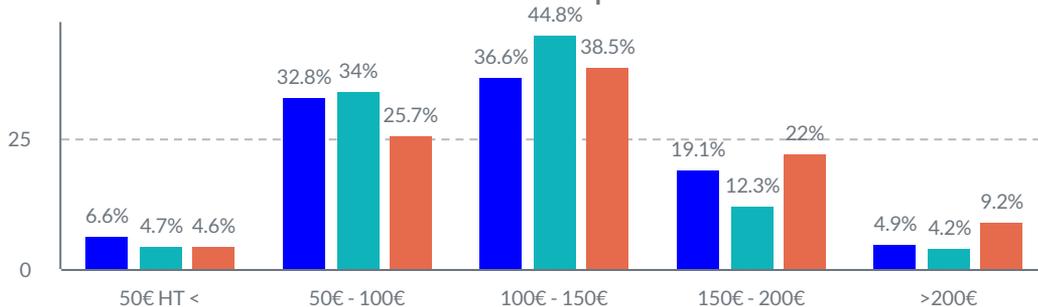
Nous sommes donc plus nombreux à proposer nos services mais de moins en moins à décrocher des contrats

En termes de typologie d'interventions, peu de changements. L'animation de groupe de relaxation arrive toujours en tête des activités (73,4%).

Les interventions courtes de 1 à 2 h sur des thématiques précises (sommeil, gestion du stress ...) occupent la seconde place avec 68,8% et troisièmes places revient aux interventions de découverte (50,5%).

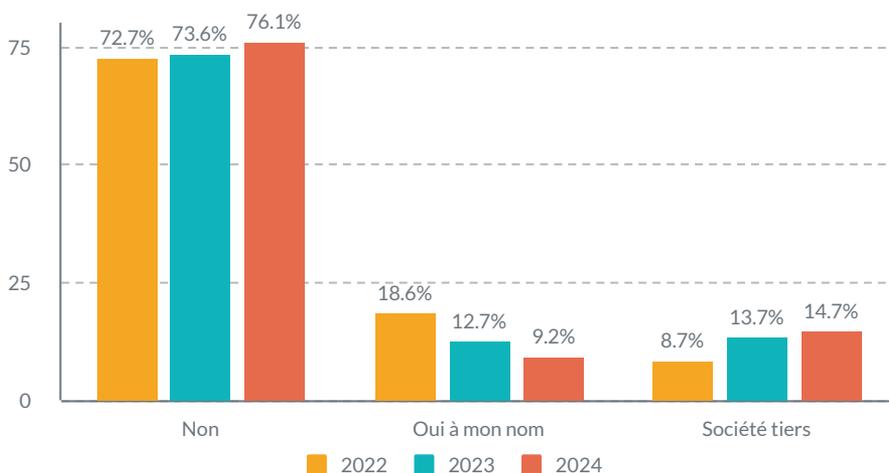
La "formation" proprement dite sur ces mêmes thèmes arrive très loin derrière (28,4%). Les séances individuelles avec un suivi ferment toujours la marche (10,1%).

## Tarifs en entreprises



Si le nombre de facturations dépassant les 200 € HT augmente, les tarifs moyens restent sur la tranche 100 à 150 € HT

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.



L'ensemble de ces activités ne suffisant pas à faire tourner un cabinet, 59,4% des sophrologues offrent plusieurs pratiques, autres que la sophrologie, à leurs clients.

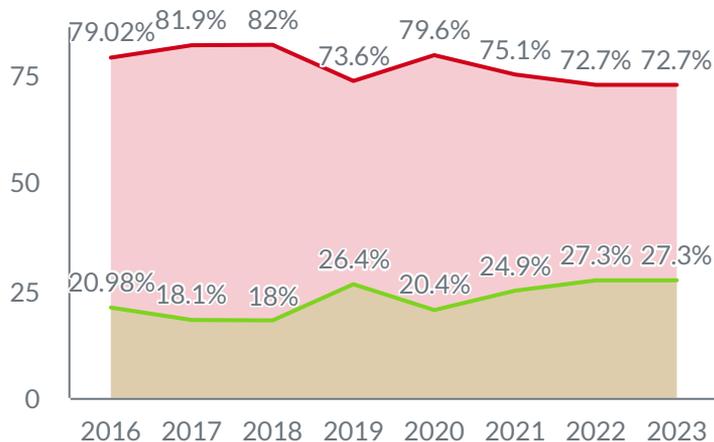
Le Top5 est le suivant (avec ex aequo) :

- Hypnose (48.1%)
- Cohérence cardiaque (22.2%)
- Coaching et préparation mentale (22.2%)
- Supervision (16,7%)
- EFT, DECEMO, EMDR, IFS.. (14.8%%)
- Communication non violente (14,8%)
- Méditation (11,1%)

## NOS REVENUS

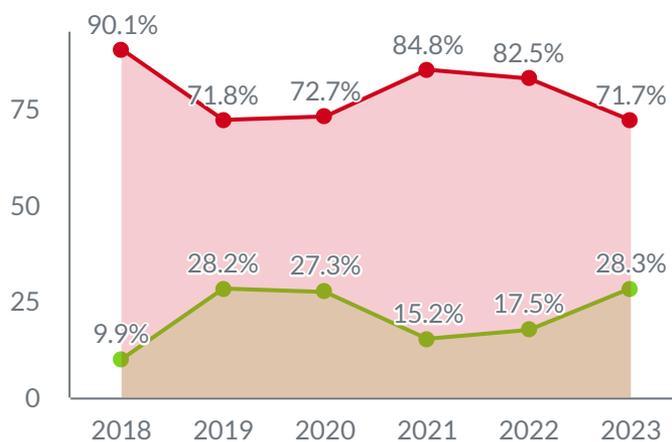
Pour conclure cette étude, voici enfin la réponse à la question que vous vous posez tous : quel est notre niveau de revenus moyens ?

### Évolution sur 7 ans



■ < SMIC annuel Net ■ > SMIC annuel Net

### A dépassé le SMIC au moins 1 fois



■ > SMIC mensuel ■ < SMIC mensuel

### Préambule :

Les chiffres communiqués étant ceux de l'année fiscale 2023, il y a donc un décalage. Même si nous sommes déjà en 2024, nous ne pouvons avoir qu'une vision de l'année 2023.

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 :

Après 3 années de hausse, nos revenus globaux stagnent. Nous restons sur le même seuil que l'année dernière avec 27,3% des sophrologues qui dégagent un revenu supérieur ou égal au SMIC annuel brut.

Le nombre de sophrologue ayant réussi à se dégager au moins une fois un salaire mensuel supérieur ou égal au SMIC passe de 17,5% à 28,3%.

Attention, ces chiffres sont à mettre en perspective avec le fait que seuls 53,5% des sophrologues travaillent à plein temps.

Me retrouver sur les réseaux sociaux

