Cette étude a été réalisée entre octobre et décembre 2020 auprès de 1593 sophrologues, soit plus de 15% de la population totale de sophrologues. L'échantillon rassemble des sophrologues de tous univers et origines confondues.

Les conclusions sont frappantes : les sophrologues sont majoritairement des femmes. Ils.elles sont installé.es sur tout le territoire avec une forte concentration dans les villes moyennes. Les sophrologues qui vivent de leur activité ont suivi des formations longues de plus de 2 ans. La plupart d'entre eux.elles cumulent d'autres activités dans le bien-être ou l'accompagnement de personnes. Cependant, on voit émerger une population de sophrologues mono-activité (100% de sophrologie).

Après avoir été une activité de reconversion, de plus en plus de personnes choisissent la sophrologie comme première activité professionnelle.

Cette étude confirme l'engouement du public pour la sophrologie qui y suit 5 séances ou plus et y trouve des réponses concrètes dans la gestion du stress, la gestion des émotions, la gestion du sommeil et la gestion de la douleur.

Cette étude a pour vocation à être renouvelée tous les 5 ans pour suivre l'évolution du métier.

Pour consulter l'étude complète, cliquez ici