

CATALOGUE
2022 - 2024



Éditions
Sofrocay®

ÉDITIONS SOFROCAY

CATALOGUE
2022 - 2024

Les Éditions Sofrocay promeuvent les valeurs de responsabilité environnementale et sociale. Nous utilisons des papiers haut de gamme, conçus en fibres naturelles, renouvelables, recyclables et fabriqués à partir de bois issus de forêts gérées de façon éco-responsable. Nous travaillons avec des fournisseurs de papier qui s'inscrivent dans une démarche de certification environnementale reconnue.

Notre choix de papier est Munken Print white 90 gr., excepté pour les livres de la collection Sophro Jeunesse.

Des livres qui ont du sens

ÉDITIONS
SOFROCAY

Ouvrages
en langue
française

Des livres qui ont du sens

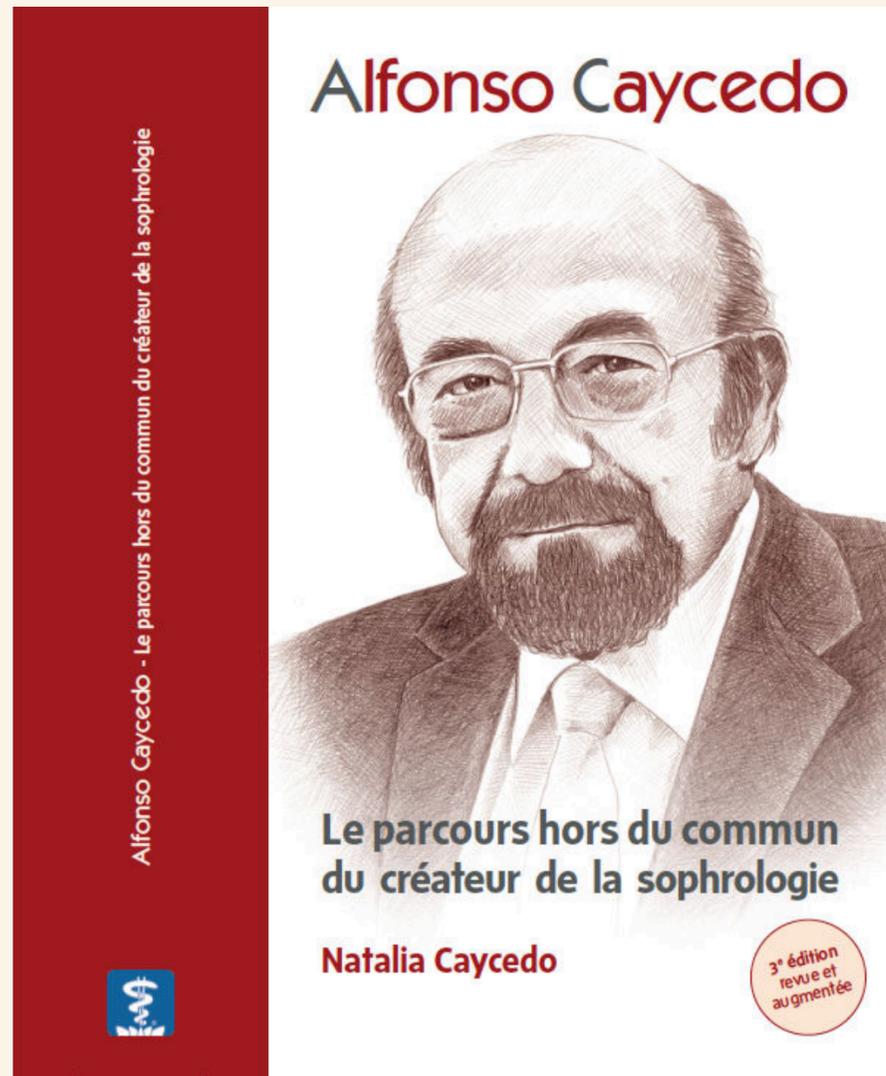
Le parcours hors du commun du créateur de la sophrologie

Natalia Caycedo

Le Dr Natalia Caycedo retrace le parcours hors du commun de son père, le Pr Alfonso Caycedo (1932-2017) neuropsychiatre, professeur de psychiatrie et créateur de la sophrologie. Témoin privilégié de son travail et dépositaire de documents uniques concernant sa recherche, elle était toute désignée pour décrire cet itinéraire singulier. Nous suivrons le parcours d'Alfonso Caycedo qui se passionna très tôt pour l'étude de la conscience. Au fil du temps, sa méthode s'imposera comme une véritable pédagogie de l'existence.

Troisième édition, revue et augmentée de photos inédites et de textes originaux du Pr A. Caycedo.

Mars 2022 - 430 pages - 16x 24 x 2,6 cm - 39,00 € - ISBN : 978-9992033173



ÉDITIONS SOFROCAY

La collection *Ut conscientia noscatur* -
Pour que la conscience soit connue - a
pour vocation la publication
d'ouvrages orientés vers la recherche,
l'approfondissement et la structure des
théories, de la philosophie et de la
méthodologie de la sophrologie.



Collection
*Ut conscientia
noscatur*

Des livres qui ont du sens



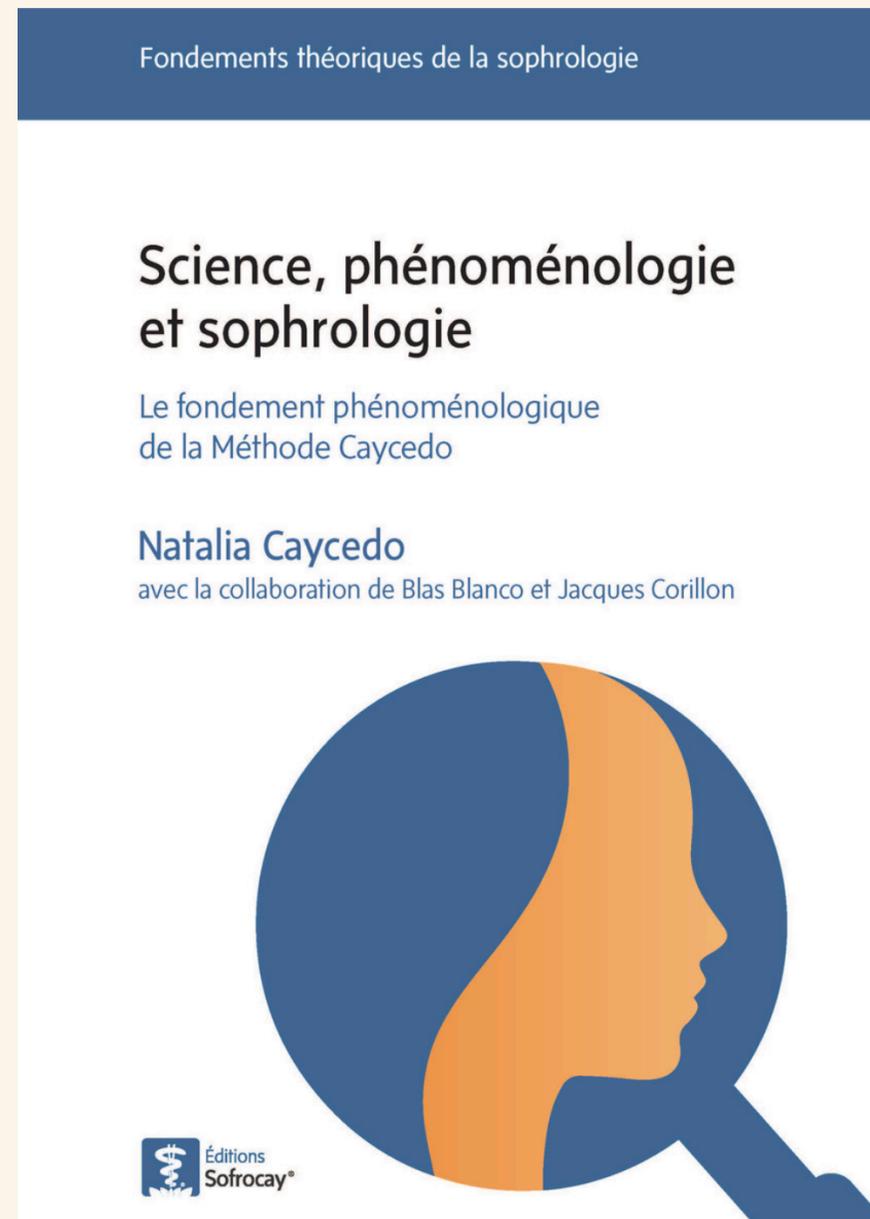
Épistémologie sophrologique fondamentale

Natalia Caycedo

Présentation des principes et des fondements théoriques qui soutendent la sophrologie. Il a été conçu pour être avant tout un manuel pédagogique destiné aux élèves, auxquels il offre des points de repère clairs. La richesse de son contenu didactique – fondements structurels et théories caycédiennes – et l'intérêt que présentent les nombreux textes originaux du Pr A. Caycedo illustrant ces sujets, en font un véritable outil de référence pour les futurs sophrologues mais aussi pour toute personne s'intéressant à la sophrologie

Deuxième édition.

Octobre 2022 - 216 pages - 16,5 x 23,5 x 2 cm - 25,00 € - ISBN : 978-9992032596



Science, phénoménologie et sophrologie

Le fondement phénoménologique de la sophrologie

Natalia Caycedo, Blas Blanco, Jacques Corillon

Science, phénoménologie et sophrologie aborde trois questions fondamentales : la sophrologie est-elle une science ? Et si oui, de quel type de science s'agit-il ? Qu'est-ce que la phénoménologie et qu'est-ce que la méthode phénoménologique ? Qu'est-ce que la Méthode Caycedo et quelle influence la méthode phénoménologique a-t-elle sur son développement ? Le Dr Natalia Caycedo, psychiatre et héritière directe du fondateur de la sophrologie, traite ces questions en profondeur. La première partie aborde la question de savoir si la sophrologie peut être considérée comme une science et explore son caractère scientifique. La deuxième partie, rédigée en collaboration avec le Pr Blas Blanco, éminent professeur de philosophie, et M. Jacques Corillon, sophrologue caycédien et philosophe, explique la phénoménologie et détaille les étapes de la méthode phénoménologique. La troisième partie résume les douze degrés de la Méthode Caycedo et explique comment la méthode phénoménologique a influencé son développement. Ce livre s'adresse à tous ceux qui cherchent à comprendre et à explorer la convergence entre la sophrologie, la phénoménologie et la Méthode Caycedo. Grâce à cette collaboration de recherche, le lecteur sera immergé dans une dimension singulière de savoir et de réflexion.

Première édition

Mai 2024 - 232 pages - 16,5 x 23,5 x 2 cm - 29,00€ - ISBN : 978-8409530557

ÉDITIONS SOFROCAY

La collection Sophro Jeunesse créée en 2022, met la sophrologie à la portée des enfants et des adolescents.

Les premiers livres de cette collection destinée aux enfants abordent les cinq émotions primaires - la colère, la peur, la joie, la tristesse et la honte - déclinées sur le thème : *"Trucs et astuces pour mieux apprivoiser les émotions"*.



**Collection
Sophro
Jeunesse**

Des livres qui ont du sens

Zoé et la colère

Claire Laloyaux - Valérie Avet



Zoé est en colère... très en colère.

Au travers d'exercices dynamiques inspirés de la Sophrologie Caycédienne. Ce livre va aider Zoé, au fil des pages, à s'apaiser et à comprendre pourquoi elle explose de colère.

Le petit lecteur s'approprie ainsi lui-même des outils simples et amusants pour apprendre à se calmer et à se sentir mieux.

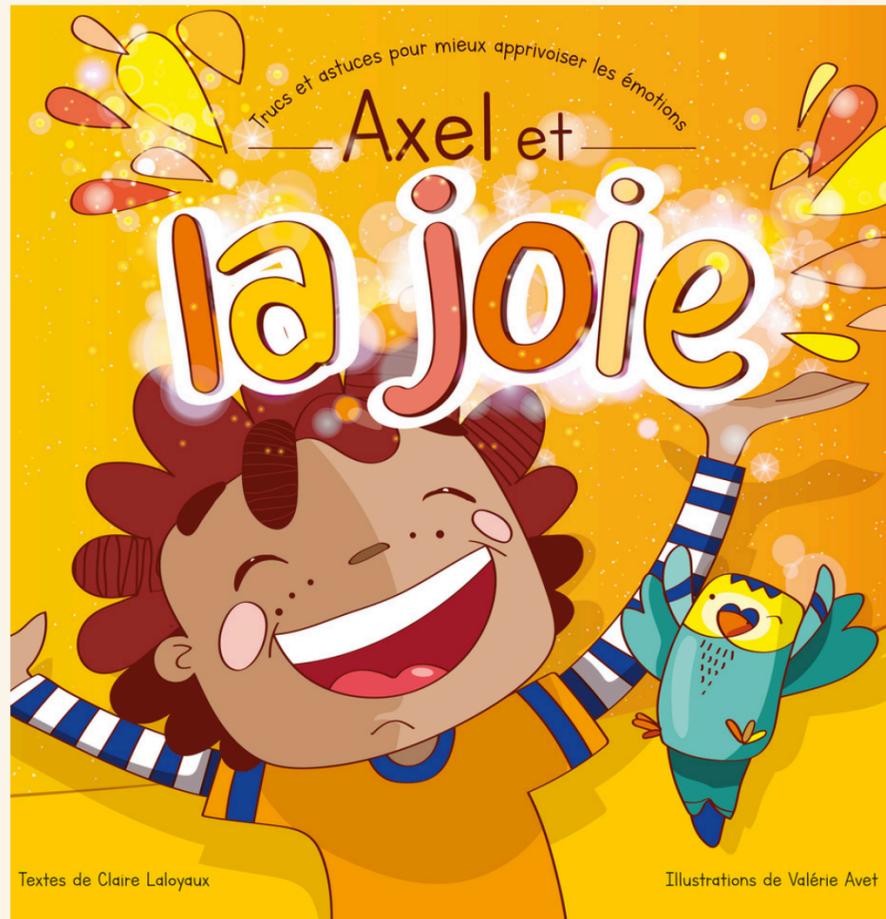
Comprendre le message caché derrière la colère permet de mieux l'apprivoiser, d'apaiser les relations et de mieux communiquer.

Ce livre aidera les parents à mieux accompagner leurs enfants dans l'accueil de leurs émotions.

Lorsque le livre est un outil pédagogique ludique qui met l'enfant en position d'acteur, la magie opère...

11
:
:
:
:
:

Janvier 2022 - 68 pages - 21 x 21 x 0,6 cm - 15,00 € - ISBN : 978-9992032909 978



Axel et la joie

Claire Laloyaux - Valérie Avet

Dans cet ouvrage, Axel accompagné de Happy sa perruche, rêve, c'est l'époque, de super héros et possède des pouvoirs incroyables grâce à ses lunettes magiques qui lui permettent tout et encore plus. On retrouve les principes fondateurs de la Sophrologie Caycédienne : la joie, l'optimisme, les moments de retour sur soi, la respiration, le tonus musculaire, les idées agréables et le retour à la conscience en ouvrant les yeux. Ce livre est un véritable guide pour les enfants et leurs familles. Toujours du positif même quand c'est difficile et une réserve d'espérance. Le plaisir partout, le goût, la poésie, les couleurs, les dessins et une intimité sensible. Il faut donc "prescrire" cet ouvrage comme un générique du bien-être.

Préface du Dr Marcel Rufo, pédopsychiatre et auteur d'ouvrages consacrés à la psychologie de l'enfance et l'adolescence.

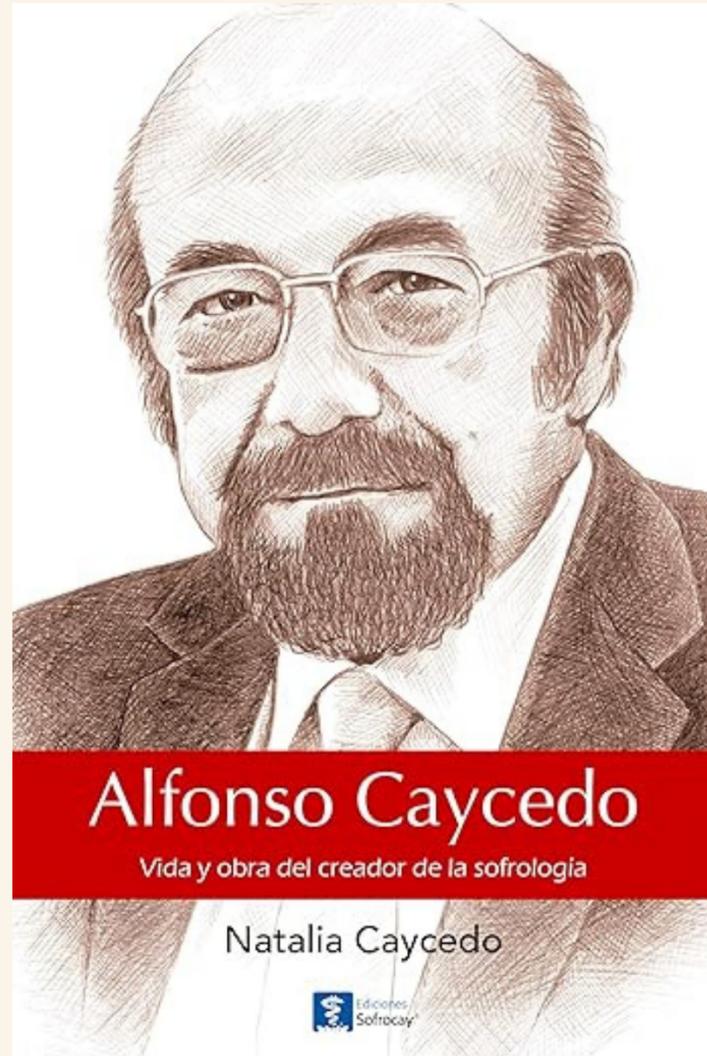
Entre les supers pouvoirs, les routines et les lunettes magiques, à nouveau Claire Laloyaux et Valérie Avet, illustrent avec pédagogie les trucs et astuces pour apprivoiser les émotions.

Janvier 2023- 52 pages - 21 x 21 x 0,6 cm - 15,00 € - ISBN : 978-8409487738 978

ÉDITIONS
SOFROCAY

Ouvrages
en langue
espagnole

Des livres qui ont du sens



Vida y obra del creador de la sofrología

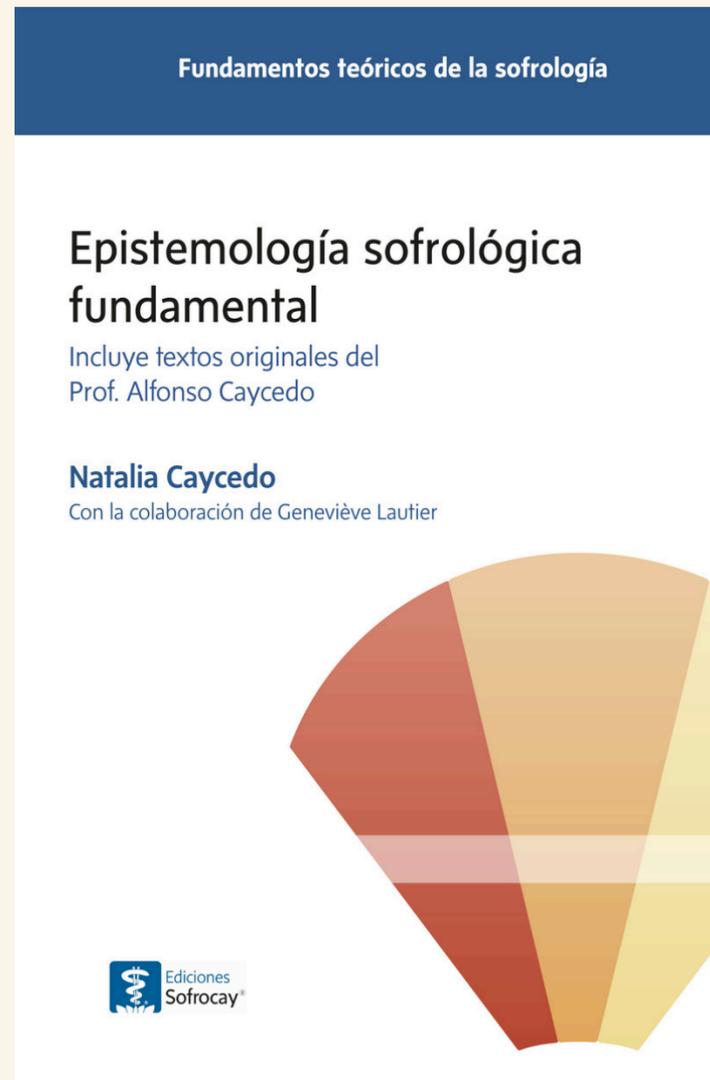
Natalia Caycedo

El libro sigue el recorrido de Alfonso Caycedo quien, siendo un joven psiquiatra, muy pronto se apasiona por el estudio de la consciencia. Cuando entonces buscaba técnicas para mejorar el tratamiento de sus pacientes, estaba lejos de imaginar que su investigación, adquiriendo peso y forma, acabaría convirtiéndose en una verdadera aventura a la que iba a dedicar toda su vida. Guiado por su intuición y su rigor científico, este hombre, verdadero pionero en la exploración de la consciencia en Occidente, revolucionó la psiquiatría al introducir en ella la dimensión de lo positivo y de la presencia del cuerpo. Con el tiempo, su Método se ha convertido en una verdadera pedagogía de la existencia.

Janvier 2019 - 374 pages - 16 x 24 x 2 cm - 27,50 € - ISBN : 978-9992032039

Épistemología sofrológica fundamental

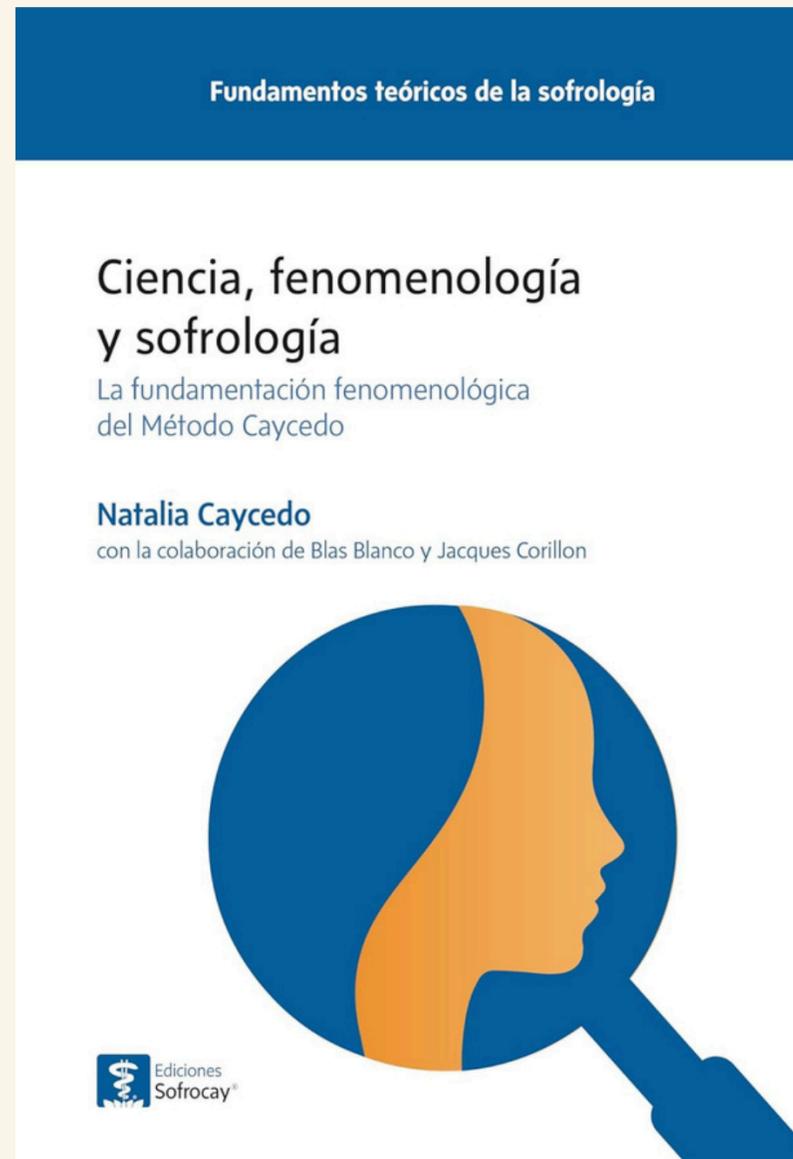
Natalia Caycedo



Después del libro *Ciencia & sofrología* en el que se expone el carácter científico de la sofrología, era necesario, a título informativo y también pedagógico, presentar los principios y fundamentos teóricos que sustentan la sofrología. Este libro es la segunda parte de la serie *Fundamentos teóricos de la sofrología* cuyo objetivo es presentar la epistemología del Ciclo Fundamental de la Sofrología Caycediana. Ha sido concebido como manual de texto para los alumnos de sofrología. Pero la riqueza de su contenido –fundamentos estructurales y teorías caycedianas– y el interés que presentan los numerosos textos originales del profesor A. Caycedo, convierten esta obra en una verdadera referencia también para los sofrólogos, así como para cualquier persona interesada en la Sofrología Caycediana.

15
:
:
:
:

Novembre 2022 - 216 pages - 16,5 x 23,5 x 2 cm - 25,00 € - ISBN : 978-9992032596



Ciencia, fenomenología y sofrología

La fundamentación fenomenológica del Método Caycedo

Natalia Caycedo, Blas Blanco, Jacques Corillon

Esta obra *Ciencia, fenomenología y sofrología* aborda tres cuestiones fundamentales: ¿Es la sofrología una ciencia? Y si lo es, ¿qué clase de ciencia es? ¿Qué es la fenomenología y en qué consiste el método fenomenológico? ¿Qué es Método Caycedo y qué influencia ha tenido el método fenomenológico en su elaboración? La Dra. Natalia Caycedo, médico psiquiatra y heredera directa del creador de la sofrología, profundiza en estos temas. La primera parte se sumerge en la pregunta de si la sofrología puede ser considerada una ciencia y explora su carácter científico. La segunda parte, escrita en colaboración con el Prof. Blas Blanco, destacado profesor de filosofía, y el Sr. Jacques Corillon, sofrólogo caycediano, filósofo, explica la fenomenología y detalla los pasos del método fenomenológico. La tercera parte resume los doce grados del Método Caycedo y explica cómo el método fenomenológico ha dejado su huella en su desarrollo.

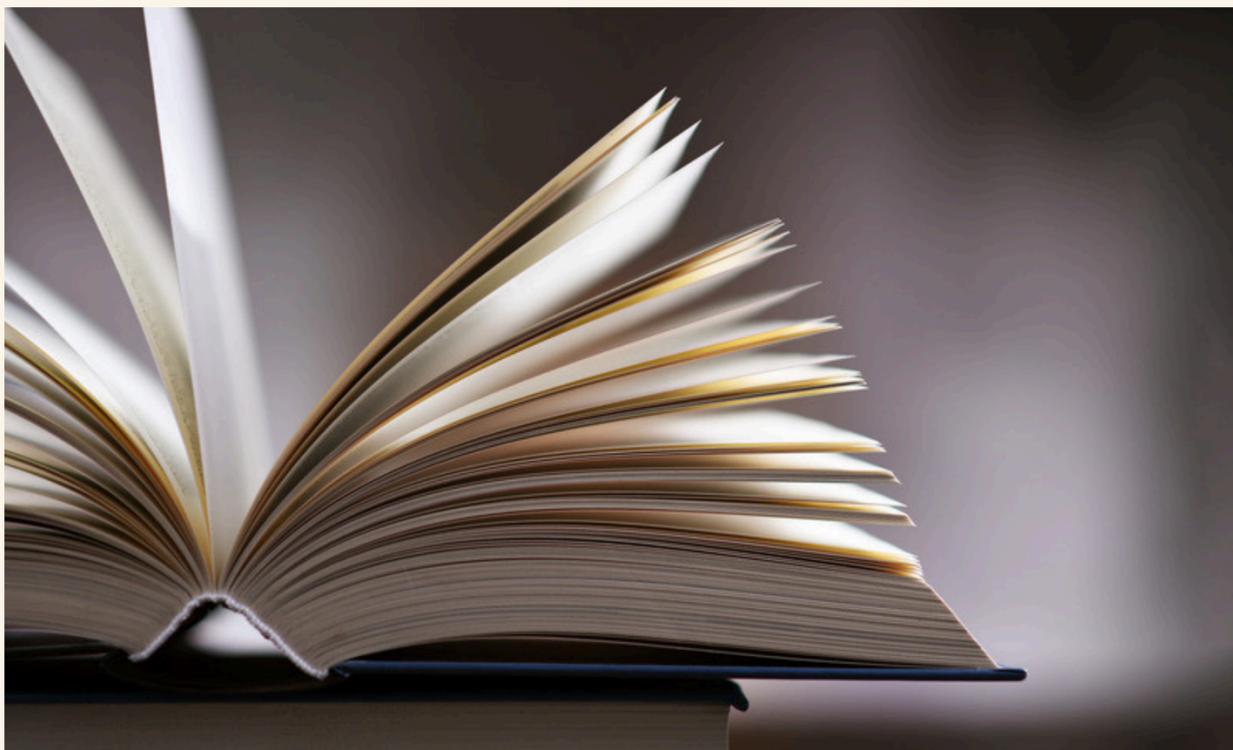
Este libro está dirigido a quienes buscan comprender y explorar la convergencia entre la sofrología, la fenomenología y el Método Caycedo. Gracias a esta colaboración investigativa, el lector se sumergirá en una dimensión singular de conocimiento y reflexión.

Mai 2024 - 228 pages - 16,5 x 23,5 x 2 cm - 12,50€ - ISBN : 978-8409534890



CATALOGUE

2022 - 2024



des livres qui ont du sens

Éditions Sofrocay

Av. Josep Maria Marçet, 17
08193 Bellaterra (Barcelone)

+34 895 83 32 00

Pour passer vos commandes

E-mail : editions@sofrocay.com

Responsable des éditions : Jeanne Cunill

+32 475 35 71 13

www.sofrocay.com