

## K1103 - Développement personnel et bien-être de la personne

### Appellations (Métiers courants)

- Coach en développement personnel
- Relaxologue
- Sophrologue

### Définition

Met en place des actions de développement des ressources personnelles (physiques, psychologiques, ...), selon la spécialité exercée (sophrologie, naturopathie, yoga, ...) afin de favoriser l'équilibre et le bien-être de la personne.

Peut mettre en place des actions de coaching.

Peut diriger un cabinet.

### Accès à l'emploi métier

*Remarque ADEM : Les informations décrites dans cette rubrique ne sont pas applicables au Luxembourg*

Cet emploi/métier est accessible sans diplôme particulier.

Des formations spécifiques (médecines naturelles, alternatives ou complémentaires et traditionnelles, conseil et information en phytothérapie, naturopathie, ...) peuvent en faciliter l'exercice.

L'inscription sur des listes professionnelles peut être requise selon la spécialité.

### Conditions d'exercice de l'activité

L'activité de cet emploi/métier s'exerce au sein de cabinets, d'associations, parfois en relation avec différents intervenants (personnel de santé, personnel éducatif, ...) et en contact avec le public.

### Activités et compétences de base

#### Activités

- Identifier la demande de la personne, cerner son environnement et l'informer sur la prestation (techniques, objectifs, coût, ...)
- Proposer des conseils en matière de bien-être et d'hygiène de vie
- Organiser ou mettre en place des actions de communication

#### Compétences

- Anatomie humaine
- Psychologie
- Techniques de communication
- Techniques de relaxation
- Techniques de gestion du stress
- Techniques d'animation de groupe
- Techniques de conduite de réunion

## K1103 - Développement personnel et bien-être de la personne

### Activités et compétences de base

#### Activités

#### Compétences

- Techniques d'écoute et de la relation à la personne

### Activités et compétences spécifiques

#### Activités

#### Compétences

Intervenir dans un domaine :

- Aromathérapie, herboristerie, phytothérapie
- Auriculothérapie, iridologie
- Bioénergie
- Etiopathie
- Fascia thérapie
- Kinésiologie
- Médecine chinoise
- Naturopathie
- Réflexologie
- Relaxation, sophrologie
- Reiki
- Shiatsu
- Sophrologie
- Tai Chi
- Yoga

Mener des actions de coaching auprès d'un type de public :

- Particuliers

## K1103 - Développement personnel et bien-être de la personne

### Activités et compétences spécifiques

Activités	Compétences
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Salariés</li> <li>■ Sportifs professionnels</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Mettre en place une séance individuelle ou collective (relaxation, exercices d'improvisation, ...) et guider le ou les participants pendant la séance</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Techniques d'hypnose</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Communiquer les fondements philosophiques, les mouvements, ... aux pratiquants d'une discipline</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Conseiller et informer des clients sur des produits et effectuer la vente</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Techniques de vente</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Organiser des opérations de conseil matrimonial avec sélection de profils de personnes, présentations, ...</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Effectuer la gestion comptable et administrative d'une structure</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Eléments de base en gestion comptable et administrative</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Mener des actions de formation au sein d'un organisme</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Techniques pédagogiques</li> </ul>

### Environnements de travail

Structures	Secteurs	Conditions
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Association</li> <li>■ Centre de remise en forme</li> <li>■ Institut de formation</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Au domicile de particulier</li> <li>■ Travail en indépendant</li> </ul>

### Mobilité professionnelle

#### Emplois proches

Depuis	Vers
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Toutes les appellations</li> <li>■ Toutes les appellations</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ D1301 - Management de magasin de détail</li> <li>■ D1403 - Relation commerciale auprès de particuliers</li> </ul>

## K1103 - Développement personnel et bien-être de la personne

### Mobilité professionnelle

#### Emplois envisageables si évolution

Depuis

- Toutes les appellations

Vers

- K2111 - Formation professionnelle