

# **QUESTIONNAIRE PLUS-SANTÉ :**

## **LE MÉTIER DE RELAXOLOGUE EST-IL FAIT POUR MOI ?**

**Vous vous intéressez au bien-être et à l'accompagnement des autres, et vous vous demandez si le métier de relaxologue pourrait vous correspondre ?**

**Ce court questionnaire vous permet de vous projeter concrètement dans ce métier : type de séances, publics, rythme, créativité et relation avec les clients et de découvrir si ce métier peut être une source d'épanouissement professionnel pour vous.**

Répondez simplement OUI / NON à chaque question.

1. Suis-je intéressé(e) par les problématiques liées au stress ?
2. Ai-je envie de passer du temps en tête-à-tête avec des personnes, parfois chaque jour ?
3. Est-ce que je me vois aussi bien accompagner une personne seule qu'un groupe ?
4. Est-ce que je peux rester pleinement présent(e) à plusieurs personnes dans une même journée ?
5. Ai-je envie d'amener des personnes vers davantage d'autonomie ?
6. Est-ce que je me vois accueillir des personnes stressées, fatiguées ou en surcharge émotionnelle ?
7. Ai-je envie de guider des personnes vers plus de calme et de sérénité, et de voir concrètement l'effet de mon accompagnement sur leur bien-être ?
8. Ai-je envie de créer un espace sécurisant pour les autres, séance après séance ?
9. Est-ce que je me vois comme professionnel(le) de la relation d'aide ?
10. Ai-je envie de créer des séances originales et variées selon les besoins des personnes ou du groupe ?
11. Est-ce que l'idée de pouvoir personnaliser mes outils et mes exercices me motive ?
12. Est-ce que l'idée d'accompagner quelqu'un à se préparer mentalement pour un examen, un entretien ou une compétition me motive ?

13. Puis-je me projeter dans des interventions ponctuelles (ateliers, stages, séances découvertes) ?

14. Est-ce que je me projette dans un métier où l'on transmet des outils simples, applicables immédiatement ?

15. Suis-je à l'aise avec le fait de guider par la voix ?

16. Ai-je envie d'organiser moi-même mes séances, mon agenda et mon cadre de travail ?

### INTERPRÉTATION

Combien de fois avez-vous répondu OUI ?

0–5 OUI

Vous découvrez le métier de relaxologue.

Certaines dimensions peuvent vous attirer, mais il est normal que tout ne vous parle pas encore. N'hésitez pas à en savoir plus sur notre formation et explorer cette voie !

6–11 OUI

Le métier de relaxologue semble correspondre à certaines de vos envies.

Vous pourriez vous épanouir dans ce domaine en découvrant notre formation et ses outils !

12–16 OUI

Le métier de relaxologue semble parfaitement aligné avec vos envies et votre manière d'être.

Découvrez notre formation pour transformer votre passion en une activité concrète et enrichissante !