

Qui sommes nous ?

Françoise Thomas:

Dr en médecine, Maître praticien PNL,
DU de Gestion mentale, animatrice de
séminaires afin de permettre aux personnes
d'acquérir plus d'autonomie dans le domaine
de la santé psychique et corporelle.

Marysia Bienvenu:

Maître Praticien PNL, DU de Gestion
mentale, Consultante, propose des ateliers de
développement personnel et de
communication pour rendre les personnes
plus libres dans leurs choix de vie

Cristina Cauhapé :

Ressources humaines, Praticienne PNL,
accompagne les personnes en recherche
d'emploi en les aidant à prendre conscience de
leur potentiel et de leurs compétences.

: Renseignements:

Marysia 0682264865 mbvu@sfr.fr

Françoise 060349237 fce.thomas@orange.fr



**La maîtrise que nous cherchons
tous dans nos échanges inter
personnels, cela s'apprend!**

**Il ne s'agit pas d'un savoir inné
mais d'un apprentissage en vue
d'atteindre l'excellence.**

**Pour tout un chacun, il y a l'art et la
manière de créer le contact de
personne à personne, de décrypter
les messages non verbaux, de
mettre en évidence les zones
d'ombre, afin d'apporter des
moyens performants dans la
résolution des situations de
mécontentement.**

OUTILS ET COMPÉTENCES POUR DÉNOUER NOS CONFLITS INTERNES ET EXTERNES ET AMÉLIORER NOTRE COMMUNICATION



**Un séminaire de 4 jours pour
découvrir et tester des outils à la
fois simples et performants tant
dans la relation personnelle que
professionnelle.**

**Du 5 au 8 novembre 2021
Région Pau ou Lourdes**

**Tarif: 400 euros le stage si inscription
avant le 1/10/21) et 440 euros après
cette date.**

OBJECTIFS DE CE SEMINAIRE :

Nous savons, ou bien nous avons fait l'expérience dans nos propres vies de la difficulté à se libérer des comportements enfermants et de leurs causes cachées, qui entravent notre bien être et peuvent même conduire à la maladie.

Nous aurons 4 objectifs:

S'approprier connaissances et outils nécessaires pour dépasser les limites que nous nous imposons à notre insu.

Donner les moyens de se sortir de situations apparemment sans issue.

Opposer au stress des outils performants.

Optimiser tout échange inter personnel dans le cadre personnel et professionnel.



DEUX AXES : LES SAVOIRS ET LES OUTILS

« Nous sommes les créateurs de notre vision du monde... et des limites que nous lui imposons. »

LES SAVOIRS: De notre façon de voir le monde découlent nos émotions, nos croyances et nos comportements. *Nous allons apprendre:*

Comment en modifiant les points de vue, on modifie les ressentis.

Comment en comprenant les émotions, on peut les apprivoiser et s'en faire des alliées.

Comment identifier les croyances limitantes.

Comment en situation de stress, nous donner des alternatives afin de sortir d'une situation enfermante, et résoudre les conflits.

Comment mettre en place une relation harmonieuse et établir un contrat de confiance entre les interlocuteurs.

LES OUTILS: Ils seront choisis dans le riche domaine de la **PNL**, et des **thérapies brèves**.

Pour les acquérir, nous vous proposerons de nombreux **exercices et mises en situation**, ainsi que **des explications claires et précises de ces exercices**.