

LES ATELIERS DU SUD

Sophrologie
Hypnose eriksonienne et Associative
Art thérapie
Coaching /PNL

Patricia Benoit
Directrice Et Formatrice
Siret 49074363200048



54 Boulevard Jean Jaurès
06300 Nice

06 74 79 01 97
patriciabenoitsophro@gmail.com
lesateliersudsud.formations@gmail.com
formation.therapie06.com

FORMATION DE COACHING INDIVIDUEL ET PNL

Technicien PNL / Préparation au coaching - 6 jours

1. 1^{ER} JOUR DE FORMATION /dossier de personnalisation
2. Recherche de l'objectif ou des objectifs
3. DETERMINATION D'Objectif
4. Les valeurs en étape
5. Les limites en étape
6. Les croyances en étape
7. Le besoin et l'envie
8. Hudson
9. La responsabilité
10. Le travail des fondamentaux en étape
11. Les niveaux logiques
12. Coacher avec la PNL

Coaching individuel - 6 jours

1. B.A.BA émotionnel
2. Méta modèle
3. Les attitudes de Porter
4. La motivation et la remotivation
5. Le stress en 2 étapes
6. Exercices sur le stress
7. Le contrôle et l'hyper contrôle
8. La supervision
9. Votre dossier de personnalisation
10. Fiche outil : 3 pensées positives par jour
11. Fiche outil : l'histoire de Jerry
12. Inclusion , contrôle, ouverture
13. La théorie du renversement
14. Le changement
15. Le coaching des talents
16. Objectif ! Zéro parasitage

Apports de l'hypnose, de la sophrologie et de l'art thérapie - 8 jours

1. Les apports des neurosciences ()
2. La physiologie pendant la relaxation /méditation
3. Le cerveau en bref
4. + Apports des neuro sciences
5. Les apports des relaxologues
6. La RDC 1 ET 2 comme outils de relaxation et d'apprentissage au calme
7. La conscience
8. La mémoire
9. Le sommeil
10. Logique de transe hypnotique et calibration
11. Milton Erickson
12. Visite de l'art thérapie et des techniques clés

