

Salut, comment vas-tu ?

- Salut, bah écoute boulot, dodo, la routine quoi ! Et toi ?
- Oh bah pareil, la routine !

Cette conversation ne vous rappelle rien ? Si oui rassurez-vous, vous n'êtes pas seul.

Vous faites partie de cette grande famille de personnes qui souhaitent, se projettent ou encore aspirent à de nouveaux horizons sans pour autant les atteindre.

Les causes ? Nos habitudes quotidiennes qui rythment nos vies avec facilité mais qui finalement nous cristallisent dans une routine.

Peu de personnes accordent de l'importance à ces phénomènes qui nous rassurent car ils contribuent à notre bien-être cependant lorsque les imprévus ou encore les surprises surgissent nos aptitudes au changement sont sollicitées !

Ce sont ses mêmes aptitudes qui se taisent lorsque nous prenons la voie d'une vie facile et rythmée par les mêmes choses.

Alors vous nous direz, oui mais pour le moment tout va bien, je n'ai ni surprise ni imprévu !

Pourquoi s'inscrire dans une démarche de changement quand tout va bien ?

Eh bien justement !

C'est quand tout va bien, qu'il faut se préparer aux surprises de la vie pour mieux les accueillir et aux imprévus pour mieux les appréhender.

Notre vie est faite de petits et grands changements et elle se nourrit des « leçons » qui en découlent.

La qualité de notre vie découle de nos expériences quelles qu'elles soient.

C'est pourquoi il est important de prendre connaissance de nos ressources et de tirer les meilleurs apprentissages de nos situations de vies passées pour faire de celles du futur une danse de petit et grands projets.

Alors si vous ressentez le besoin d'évoluer encore plus, d'initier le changement en devenant acteur pour vous, voire même pour les autres, cette formation est faite pour vous !

En mariant l'art-thérapie et le coaching, cette formation propose une approche globale pleine de créativité et d'innovation qui au terme des 3 jours de formation vous mobilisera dans l'action de changement.

Le coaching permettra la stimulation mentale et la mobilisation de votre réflexion pour vous amener à la réalisation de votre projet.

L'art-thérapie utilisera votre potentiel créatif, en utilisant votre sensorialité et vos émotions pour vous inscrire dans la réalisation de votre existence.

En bref un petit bijou de création et d'innovation qui saura faire de vous le personnage principal de votre vie.

Les OBJECTIFS pédagogiques DE LA FORMATION s'articulent sur trois piliers du changement qui sont 1- comprendre la notion de changement 2- apprendre les outils du changement 3-mettre en œuvre le changement.

LA NOTION DE CHANGEMENT

Connaître le changement à travers l'art-thérapie et le coaching.

Définir le changement et savoir l'identifier.

Savoir analyser les freins au changement.

LA PERCEPTION DE CHANGEMENT

Connaître et analyser les règles qui régissent le changement.

Révéler et mobiliser sa créativité.

Utiliser l'imaginaire et la communication de l'art dans un processus de changement.

L'ACTION DE CHANGEMENT

Savoir déterminer les valeurs motrices de changement.

Installer un cadre dynamique de changement

Être capable d'élaborer un processus de changement

Qui vous formera ?

Durant ces 3 jours de formation vous aurez à faire à deux drôles de dames :

Alison, formée en gestion des organisations et certifiée à la pratique du coaching. Elle intervient dans les entreprises pour accompagner le changement et tout particulièrement dans le domaine de la qualité de vie. Elle coach aussi à titre personnel, celles et ceux qui souhaitent être accompagnés dans un projet ou se mobiliser pour leur avenir.

Catherine, elle, est art-thérapeute diplômée de la faculté de médecine de Tours. Elle intervient dans des institutions pour prendre en charge le mieux-être des individus en fragilité de santé. Elle reçoit également dans son cabinet pour des séances individuelles et développe la formation professionnelle d'art-thérapie.

Leur projet durant ces 3 jours est de vous former par petit groupe avec des apports théoriques et pratiques. De vous permettre d'échanger avec des pairs et de porter votre réflexion lors d'exercices concrets.

Lieu et dates :

À La Clayette (71800)

Du vendredi 24 au 26 septembre 2021

Temps de présence et durée :

De 9h30 à 17h00 sur site.

18 heures de formation.

Public et pré-requis :

Particulier et

Professionnel de l'encadrement et de l'accompagnement.

Sans pré-requis.

Prix net de taxe et modalités :

480€ / personne

Inscription par bulletin

30% d'acompte versé à l'inscription

Intervenants :

Alison LAPALUS : 06.88.48.03.09

contact@lacerise-coaching.fr

Catherine PERRET : 06.26.37.30.78

contact@therapeute-perret-71.com

<https://youtu.be/bNDFkRU7ZXM> que vous apporte la formation « devenir acteur de changement »

<https://youtu.be/vej93RwV3eM> présentation de la formation « devenir acteur de changement »