

# COACHEZ-VOUS !

## Entrainez votre cerveau à la réussite

par Jeremy SAEZ

### FORMATEUR/TRICE

Fondateur de **ProActive**, Jérémy SAEZ, intervient comme formateur, consultant et coach auprès de chefs d'entreprises et de cadres dirigeants.

Ses domaines de compétences : commerce, management, communication interpersonnelle.

Son Leitmotiv : seul on va plus vite, ensemble on va plus loin !

Pour lui, l'efficacité opérationnelle dépend de la qualité relationnelle.

### OBJECTIFS, BENEFCES

Vous aimeriez multiplier vos chances d'atteindre vos objectifs.

Vous aimeriez avoir accès à une ressource personnel à volonté et sur demande.

Vous aimeriez revisiter certains moments de votre vie.

Vous aimeriez vous libérer d'un poids émotionnel.

... le tout en 2 jours et sans passer par la case psychothérapie.

### **Alors cette formation est faite pour vous !**

Il existe des techniques toutes simples et révolutionnaires jalousement gardées par les plus grands... C'est le moment d'y avoir accès et de découvrir votre réelle **puissance!**

### CONTENU, PROGRAMME

2 jours dédiés à la découverte de soi et à l'exploitation de votre potentiel.

Dans un premier temps, vous "jouez" à définir votre façon de percevoir le monde afin de vous familiariser avec les 4 outils de votre **transformation**.

Ces outils vous permettrons de :

- Vous libérer d'émotions négatives ;
- Reconsidérer des croyances limitantes ;
- Vous focaliser sur l'atteinte d'un objectif précis ;
- Vous ancrer une ressource désirée.

Au fur et à mesure coaché et coach, vous suivez les consignes du formateur afin d'appliquer le protocole et être suffisamment autonome à la fin de la formation.

Dès lors vous pourrez agir profondément sur vous et exploiter votre véritable potentiel !

#### **1<sup>ère</sup> demi-journée : Ressources et objectifs**

- Tour de table
- Ressources en places
- Mise en place d'objectifs
- Expériences sensorielles / émotionnelles
- Présentation des 4 outils
- Ancrage => Ressource d'excellence
- Visualisation => Atteinte d'objectif
- Sous-modalité => Recadrage
- EFT => Gestion des émotions

#### **2<sup>ème</sup> demi-journée : 1<sup>ère</sup> transformation**

- Appropriation du protocole
- Mise en œuvre
- Evaluation

#### **3<sup>ème</sup> demi-journée : 2<sup>ème</sup> transformation**

- Ajustements le cas échéant
- Appropriation du protocole
- Mise en œuvre
- Evaluation

#### **4<sup>ème</sup> demi-journée : dernières transformations**

- Appropriation du protocole
- Mise en œuvre
- Evaluation
- Bilan

### METHODE ET OUTILS PEDAGOGIQUES

Expérimentations, jeux, écoute active / réceptive, exercices, mise en situation... Autant de moments pédagogiques contribuant à stimuler la transformation du stagiaire

### PRE-REQUIS

Etre ouvert et prêt à expérimenter de nouvelles sensations

