

*Tous les jours, à tous points de vue,
je vais de mieux en mieux !* Emile Coué

Stage de pratique à la "Méthode Coué"

Méthode d'autosuggestion consciente positive

Programme

Comment la force des mots et les pensées
peuvent influencer notre vie ?

1^{er} jour : 9 h 30 – 12h 30 - pause déjeuner - 14 h 00 – 17 h

Les fondements de la Méthode, l'homme et son œuvre
Les lois de l'autosuggestion
Les principes de la méthode
Qu'est-ce que l'état de modification de conscience ?
Pratique « la confiance en soi »

2^e jour : 9 h 30 – 12 h 30 - pause déjeuner - 14 h – 16 h

Atelier et pratique « le lâcher prise »
Comment surmonter les 3 obstacles : l'environnement,
la peur, la procrastination
Atelier « formuler des objectifs adaptés »
Concevoir, croire et réaliser
Les 5 piliers de la méthode
Les suggestions d'Emile Coué
Pratique du « ça passe, ça passe... »
Pratique du neuro-coaching

Contact : Dominique Bolusset-Sabisch
Tél. 06 95 13 19 54 ou 03 83 27 14 89
dom.bolusset@orange.fr

Partenaires :

Antoine ONNIS
Président et Conférencier de l'association
Suivre Coué

