Dépasser les croyances limitantes

L’objectif de cette formation est de donner des outils concrets et pragmatiques, basés sur la Communication NonViolente, pour repérer ses croyances, les remercier et les dépasser si elles ne sont plus appropriées.

Certaines croyances nous ont été utiles un temps ; elles peuvent, à un moment, réduire notre perception de la réalité et nous priver d’une liberté d’être et de faire.

L’objectif de ce stage est d’acquérir les outils et la méthodologie pour dépasser nos croyances limitantes afin de faire des choix au service de ce qui est important pour nous dans notre vie.

Formateur·rice(s) :

- Stephan Crestani

Objectifs visés

- • Comprendre l'importance des croyances et leur place dans notre société, culture, famille, ...
- • Identifier la fonction des croyances dans sa vie
- • Comprendre le processus de transformation des croyances
- • Appliquer le processus d'accueil, de reconnaissance et de choix de nos croyances
- • Choisir et ancrer de nouveaux accords prenant en compte l’ensemble de nos besoins
- • Identifier ses croyances aidantes et en profiter pleinement
- • Reconnaitre ses possibilités de changement et d'évolution et y prendre plaisir

Méthodes d'évaluation

- Cas pratique
- Serious game
- Jeu de rôle / Simulation

Déroulé pédagogique

Journée 1

- l'importance des croyances
- transformation des croyances

Journée 2

- transformation des croyances 2
- ancrer de nouveaux accords

Journée 3

- croyances aidantes
- croyances aidantes 2

Informations complémentaires

Durée : 21 heures de formation sur 3 jours

Pré-requis :

- Avoir suivi le module 3 avec un formateur certifié par le CNVC.

Public concerné : Cette formation s'adresse à tout-e professionnel-le qui occupe un poste impliquant des relations interpersonnelles.

Tarif 660,00 € HT (Exonération de TVA - Art.261.4.4° a du CGI)