

**PRE-REQUIS :** « Test musculaire et outils de base »

**PUBLIC CONCERNE :** Cette formation est destinée à toute personne désirant accompagner ou opérer un changement (souvent doublé d'un deuil), tous domaines confondus : management, éducation, transmission, thérapie...

**NOMBRE DE JOURS :** 3 (9h-12h30 / 14h-17h30)      **NOMBRE D'HEURES :** 21h

**TARIF UNIQUE :** 110 euros par journée de formation, soit 330 euros

**LIEU DU STAGE :** 2, Rue Alexandre Gander, Les Coquelicots, 74200 Thonon-Les-Bains. Le lieu du stage est susceptible de changer en fonction du nombre de participants. L'information sera transmise rapidement après l'inscription.

**FORMATEUR :** Emmanuelle Hermen

## PROGRAMME

Dans ce monde en accélération continue, nous sommes amenés à nous adapter sans cesse à de nouvelles situations, que nous soyons prêts ou non. Notre psychisme a parfois du mal à « digérer » ces changements, à les accepter, notre corps peine alors à laisser passer l'énergie sans restriction.

Il devient alors nécessaire de dire au revoir à ce qui n'est plus pour bien vivre la suite : il est temps de faire le deuil, grand oublié de notre société moderne.

Nous aborderons des thèmes comme : les étapes du deuil (cette souffrance qui nous fait grandir), les deuils oubliés (animaux, relations, professions, enfance, lieux, IVG...), l'émotion du deuil (la tristesse), la mort dans différentes cultures (rituels divers), le deuil avec les enfants, deuil et psycho généalogie, le retour à la vie (laisser la joie circuler).

## OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Accompagner les changements concernant la vie professionnelle (changement de poste, reconversion, licenciement, promotion...).
- Accompagner les changements concernant la vie privée (déménagement, perte d'un proche, divorce, problème de santé...).
- Acquérir des outils permettant de contacter et d'investir tout son potentiel dans les situations nouvelles.

## TECHNIQUES SPECIFIQUES

- Les changements que nous traversons tous de la naissance à la mort.
- Comment évoluer et s'adapter aux situations nouvelles.
- Les étapes du deuil.
- Faciliter la libération émotionnelle
- Libérer son potentiel : investir les situations nouvelles.
- Les systèmes de croyances conscients et inconscients liés à la mort
- Les phrases ressources reprogrammantes

## COMPETENCES A ACQUERIR

- Apprendre à entendre les stress liés à la mort
- Guider la personne pour traverser les différentes étapes du deuil
- Appliquer les protocoles tout en étant créatif pour répondre aux besoins spécifiques du consultant

## MOYENS PEDAGOGIQUES

- Support pédagogique numérique complet.
- Démonstrations pratiques avec la participation d'un élève
- Pratiques des protocoles par les stagiaires en binôme ou trinôme selon effectif paire ou impaire et supervisés par le formateur. (30% de théorie, 30% de pratique, 30% de démonstration)