

Développement personnel

Formation

Initiation aux théories et à la pratique

Programme de la formation, thèmes abordés :

- Pourquoi le « développement personnel » et pourquoi y a-t-il un besoin d' « accompagnement » aujourd'hui ?
- Bases et principes de la psychothérapie
- Le développement personnel dans la perspective du formateur : Théories et limites, pratique
- Le « coaching » : initiation de base et pratique
- La pratique des fondamentaux de la psychothérapie

Tarifs en fonction du projet : nous consulter (pas de prise en charge)

Consultation en développement personnel

Devenir « bénéficiaire » du Consultant/formateur en développement personnel

Le professionnel libéral sera à votre écoute pour échanger en toute confidentialité sur **vos problèmes de vie** (travail, famille, stress, angoisse, rupture, deuils, conflits,...etc.), **vos buts d'existence et vos envies de changement.**

Ce type de consultation n'a aucune visée thérapeutique ouvertement affirmée ou prouvée : elle relève plus modestement de l'échange que l'on pourrait tout aussi bien avoir avec un ami ou un parent qui accepterait de se rendre disponible pour **être à votre écoute de manière confidentielle** : elle est destinée, par conséquent, à **une prévention primaire** (éviter la survenue des problèmes psychologiques, se maintenir en bonne santé en respectant les besoins vitaux, prendre une décision...) ou secondaire (après consultation d'un spécialiste chevronné et guérison certifiée de la maladie contractée, il s'agit de continuer à faciliter la résolution des problèmes survenus et de prévenir d'éventuelles rechutes). Le Consultant vous orientera en fonction des besoins qu'il aura détectés vers des techniques de relaxation, il vous invitera, le cas échéant, à consulter un professionnel de la santé (médecin généraliste, médecin psychologue,...) ou tout autre thérapeute utile à votre cas.

Honoraires : 30 mn, 35 € / 1 h, 50€ (pas de prise en charge, réductions possibles)