

DANIELLE SOLEILLANT

FORMATRICE DES MÉTHODES P.E.A.T.

19-20 septembre et 3-4 octobre 2022

de 13 h à 18 h

quatre ateliers en visio

**Savoir accompagner pour développer
sa confiance en soi**

Avec

Les outils des Méthodes PEAT



**MÉTHODES
PEAT**

Information et inscription

Danielle Soleillant

06 62 880 800

E-mail : danielle.soleillant@gmail.com

www.dsoleillant.com

www.methodes-peat.fr

**Représentante officielle des Méthodes PEAT
pour la Francophonie**



Les piliers de la confiance en soi :

La confiance en soi n'est pas UNE simple qualité à développer et se sortir d'affaire. En effet, certaines qualités sont en fait des traits de caractère, contenant un certains nombres d'éléments qui la constituent. C'est pourquoi nous parlons de piliers, c'est un peu comme une grappe qui est constituée d'un certain nombre de raisins. Sans raisin, vous n'avez pas de grappe ! Sans l'acquisition de ces qualités, vous n'avez pas de confiance en soi.

Quels sont ces piliers ?

Un peu comme les poupées russes, chacune des constituantes de la confiance en soi en inclue plusieurs autres. Pour vous donner un exemple, prenons l'estime de soi qui est un des piliers de la confiance en soi. En effet, sans estime de soi-même, il est impossible d'avoir confiance en soi.

Mais l'estime de soi est également une grappe à l'intérieur de laquelle sont contenus, l'amour de soi, l'acceptation de soi et l'image de soi.

Voici donc les piliers principaux à l'intérieur desquels sont contenus bien d'autres éléments que nous aborderons durant ces trois sessions.

- ◆ L'estime de soi, s'entraîner à l'**acceptation** de soi : insécurité et sentiment de ne rien valoir,
- ◆ Vivre en conscience et connaître ses faiblesses pour les transcender,
- ◆ Prendre ses responsabilités,
- ◆ Savoir s'affirmer et dépasser la peur du jugement de l'autre,
- ◆ Passer à l'action et définir des objectifs clairs,
- ◆ Auto-discipline et auto-compétence,
- ◆ Intégrité personnelle ou être cohérent avec soi-même.

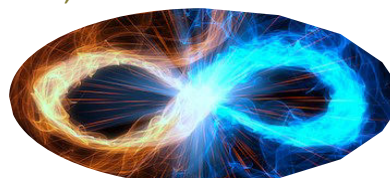
Chaque atelier contiendra une partie théorique et pratique.

Ces 4 modules sont pratico-pratique et afin d'être convaincu de la valeur de ces modules, mieux vaut en faire l'expérience. Vous apprendrez personnellement ce que ensuite vous enseignerez à votre patientèle.

Ce sont des outils utiles pour tous, et en tant que thérapeute, ils peuvent vous aider à développer votre propre confiance en soi, à identifier les piliers déficients et ensuite pouvoir les reconnaître parmi vos patients. A l'issue des quatre ateliers, vous aurez les moyens d'y remédier.

Pour assister à ces ateliers, il vous faudra avoir appris plusieurs outils des Méthodes PEAT en effectuant les 3 premiers ateliers de la formation niveau 1.

Les outils utilisés seront donc : DP4, fin des mots et UP.



Danielle Soleillant **Formatrice**



Praticienne en relation d'aide ,en sophrologie, en psycho-énergétique et EFT, je suis sans cesse à la recherche de nouvelles méthodes de guérison. Ayant exercé depuis 20 ans en séance individuelle, je m'oriente maintenant et depuis 2012 vers la formation.

Les Méthodes PEAT, découvertes lors d'un séminaire en Belgique en 2012 n'ont cessé de me surprendre, aidant mes clients à avancer à pas de géant dans leur propre évolution.

Depuis 2013, je crée et anime des groupes et des formations pour diffuser ces outils exceptionnels aux praticiens. Depuis 2020, nous sommes maintenant une association, et avec les formatrices que j'ai formées, nous œuvrons à faire connaître les Méthodes PEAT de façon large.

Site Internet :

<http://www.dsoleillant.com/>
<https://www.methodes-peat.fr/>



INSCRIPTION

Nom : _____

Prénom : _____

Adresse : _____

Tél : _____ e-mail : _____

Site Internet : _____

Profession : _____

Savoir accompagner dans la Confiance en soi par zoom :

Suite à votre inscription, nous vous enverrons un lien zoom quelques jours avant la date de la session. ainsi que le support de cours.

19-20 septembre et 3-4 octobre 2022

de 13 h à 18 h

Tarif : 360 €

Fait à _____

Signature _____

