

# Dossier

## Passer du désir de changer à la concrétisation de tous ses projets...

## avec Le Coaching de Vie !

par Gilles Guyon & Vanessa Mielczareck

**Pourquoi certaines personnes ont des projets dans la tête, mais ne font pas ce qu'il faut pour qu'ils aboutissent ? Pourquoi d'autres, conscientes que quelque chose ne va pas, ne savent pas comment s'y prendre ?**

**Que se passe-t-il ? Et comment peut-on créer les changements nécessaires à notre bonheur ?**

**I**l y a des moments où nous arrivons facilement à concrétiser nos objectifs, les rencontres et les événements correspondent à nos attentes. Nous faisons même l'expérience de coïncidences étonnantes. Cette dynamique nous encourage à prendre la vie du bon côté et nous faisons face aux obstacles assez aisément.

A d'autres périodes, au contraire, il arrive que nous nous sentions coincés et nous ressentons des peurs qui nous empêchent d'avancer et il arrive que nous renoncions à nos projets. Et parfois le manque de lucidité a tendance à nous orienter vers les mauvais choix et notre vie se complique. Nous constatons, même, que des situations désagréables ont tendance à se répéter en boucle...

**Quelle est cette dynamique où notre vie nous échappe ? Comment renverser la situation et cesser d'avoir le sentiment de subir ce que l'on n'a pas choisi ?**

Lorsque nous faisons de nouveaux choix, nous relevons des défis ou si nous sommes fragilisés par la vie, en période de stress ou de fatigue il est possible que nous soyons confrontés à des freins et à des limites qui contrarient nos plans. Ces éléments négatifs ont tendance à se manifester lorsque nous devons faire un passage dans l'inconnu. Car à cet endroit, nous sommes véritablement révélés et confrontés à nous-mêmes. Cette mise en lumière de certaines facettes de soi fait ressortir toutes nos qualités, nos aptitudes mais aussi le négatif.

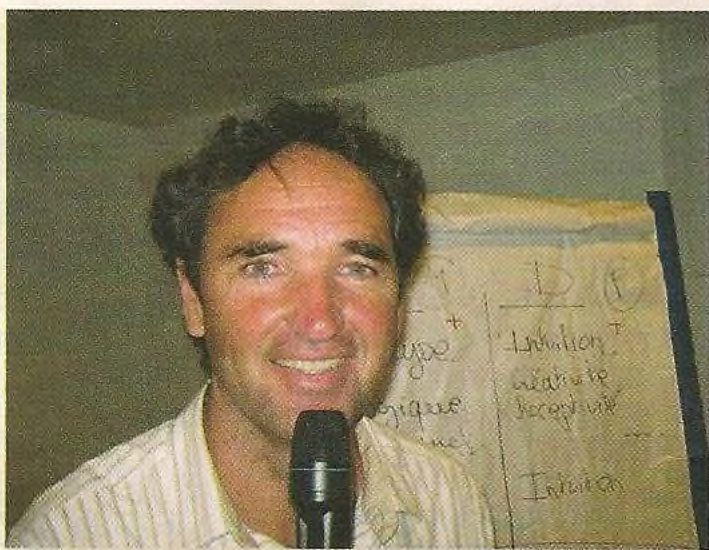
**Pour surmonter ces obstacles, il nous faut comprendre l'influence que l'on exerce sur tout ce qui nous arrive. Il est intéressant de regarder du côté de nos croyances négatives, celles qui nourrissent notre scénario d'échec et de sabotage.**

En identifiant les paramètres psychiques et comportementales responsables de ces entraves, nous pourrions les déjouer, lâcher ces répétitions et cesser d'attribuer les raisons de notre mal-être ou de nos difficultés sur notre entourage ou sur des situations extérieures. Ainsi, nous récupérerons une grande puissance intérieure...

**Dans ces périodes délicates, nous pouvons avoir besoin de soutien, d'encouragement et de trouver notre force d'action pour mettre en place nos projets, petits ou grands. C'est ici même que le coaching de vie peut être une méthode efficace qui facilite cette mise en œuvre.**

**Toutes les réponses sont en nous !**

Le coach de vie n'est pas un conseiller ou un consultant dont on attend les réponses. Le coach est un révélateur et un booster, il pose des questions, celles-ci permettent aux réponses d'émerger.



Gilles Guyon conférencier et formateur de coach professionnel

Le coach prend en compte le fait que la vie personnelle et la vie professionnelle sont liées car cette synergie permet d'atteindre un objectif.

Le coaching de vie est une méthode profondément humaniste, il éveille la personne vers une prise de conscience de ses potentialités dans tous les domaines de sa vie « du Faire et de l'Être », il apporte de nouveaux angles de vision en respectant éthiquement et écologiquement la personne.

...

Le coaching de vie ou life coaching (accompagnement de vie) permet de passer d'un projet professionnel à un projet de vie. Il répond au besoin de plus en plus pressent de vouloir donner davantage de sens à sa vie.

**Cette technique repose sur l'idée que chacun porte en lui toutes les réponses, les stratégies de réussite comme celle de l'échec.**

Grâce à des outils spécifiques à cette méthode, qui n'est pas de la thérapie, nous pouvons dépasser nos systèmes inconscients de fuite et de sabotage et agir sur la réalité. De plus nous prenons conscience de la manière dont nous sommes manipulés par nos croyances négatives pour pouvoir les retourner et les maîtriser. **Au fil des séances nous constatons combien notre réalité extérieure est le miroir de notre intérieur.**

Certains exercices nous apprennent aussi à donner du sens aux expériences que nous qualifions de négatives... pour mieux savoir en tirer parti. D'autres outils intensifient en nous des ressources ou des talents inexploités faute d'avoir été encouragés autrefois. A chaque séance le coaché ancre plus de cohérence entre ses pensées, ses paroles et ses actions ce qui lui rend pleinement les rênes de sa destinée.

Chaque Ecole a ses spécificités, la nôtre met l'accent sur le développement de

Mes situations de bonheur.	Les valeurs, les qualités, les sentiments profonds que j'ai et que je recherche dans

l'intelligence intuitive. Et de nombreux outils s'adressent au cerveau droit du coaché. Cet hémisphère est le spécialiste de l'intuition, de l'émotionnel, de la créativité. En plus de maîtriser la technique (rationnel) l'intuition est une compétence essentielle aujourd'hui pour accompagner ses clients dans leurs demandes actuelles.

## Faire le passage à une pleine de concrétisation

La « boîte à outils » est valable dans le champ d'application du coaching de vie. Au fil des séances, le coaché trouve davantage de confiance, de lucidité et s'oriente plus sur ce qui est concret. A chaque prise de conscience, le coaché gagne en liberté d'être et son action posée lui ouvre la voie de la réussite. Grâce à cette méthode retrouvée, il vit de plus en plus de synchronicités et de coups de chance. C'est un vrai changement de paradigme jusqu'à dans la réalité.

Plus optimiste, mieux dans la vie, poussé par la perspective de la vie, notre dynamique cérébrale, émotionnelle s'en trouve

Au final quelque soit notre objectif ou notre idée, nous obtenons ce que l'on recherche tous, des expériences positives. A chaque application qui vous donne des pistes pour mettre en œuvre de véritables motivations qui nous poussent à vouloir changer de

Retrouvez vos moments de bonheur, et en vous basant sur le tableau ci-dessous, en face de chaque situation, inscrivez les valeurs et sentiments que vous avez ressentis. Ce sont ces éléments-là qui vous correspondent à votre bonheur.

Rappelons-nous que quand nous sommes dans notre vie, nous avons toutes les clés pour arrêter de changer les choses et donc de nous éloigner du bonheur dans sa vie. Le bonheur-là est bien-heureusement contagieux !



Gilles GUYON conférencier et formateur de coach professionnel certifié AFAQ Compétence, sa méthode est dispensée en France et DOM-TOM.

Auteur de plusieurs livres, il a créé son Ecole de formation il y a 10 ans avec Vanessa MIELCZARECK son épouse.

Elle est auteur de nombreux livres dont « Le Guide de la personne heureuse », « Petites stratégies du bonheur » au Courrier du Livre, ... à paraître en novembre les

« 9 secrets de l'intuition » chez Quintessence et un livre « les Portes de l'intuition » au Courrier du Livre. Elle anime le Coaching intuitif dans leur école.

Secrétariat : 04 32 52 52 52

Prochaines formations du 23 au 28 septembre

A Paris : du 14 au 19 septembre

2 Conférences à PARIS gratuites sur réservation le 1er octobre à 14h et le 2 octobre

faites l'expérience du coaching intuitif à participation 30€

union@wanadoo.fr

www.coachingintuitif.com

www.vanessa-mielczareck.com

SOLEIL LEVANT - 04 90 85 99 78

SOLEIL LEVANT - 04 90 85 99 78