



"Accepter enfin d'être soi"

Première étape vers le changement

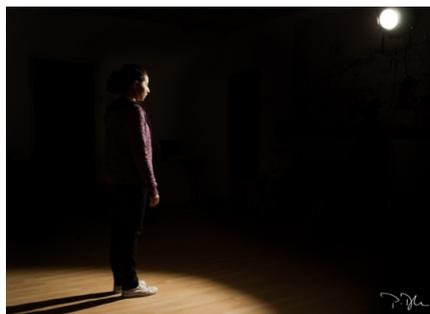
Cet atelier est construit à partir de 4 évitements liés à l'expression de soi, à l'expression de nos émotions. Il nous invite à être pleinement nous-même.

Il se déroule dans une salle entièrement sombre. Un projecteur dessine un rond de lumière sur le sol : c'est la scène. Dans l'espace sombre s'installent les spectateurs. La scène sera le lieu de l'expression, de la prise de parole, de l'affirmation. Sur les chaises, dans l'ombre, le lieu où l'on regarde, où l'on authentifie, où l'on se prépare. Au cours de cet atelier, les stagiaires passeront ainsi de l'ombre à la lumière.

Se rapprocher de soi, de notre singularité.
Se rendre compte qu'il est beaucoup plus simple d'être soi plutôt qu'un autre.

Confiance en soi - Affirmation de soi - Estime de soi – Prise de parole en public...

10 minutes de théorie seulement



« C'est au moment où je m'accepte tel que je suis que je deviens capable de changer. » (Carl Rogers)

« Moments d'authenticité d'une rare beauté »



Expression théâtrale au service de la communication (Niveau formateur - 1990)

Programmation Neuro-Linguistique (NLP sans frontières - Master en 1992)

Praticien Psychothérapie Centrée sur la Personne (Carl Rogers - 2014)

Centre des Jeunes Dirigeants - CCI Grenoble - ABP Consulting - Société des Bains de Mer de Monaco - Institut de Formation en Soins Infirmiers - Centre Hospitalier Spécialisé - AIDES Alcool - St Genis Emploi - Fédération Sportive et Culturelle de France - Ministère Jeunesse et Sport - Maison d'arrêt - Habitat et Humanisme - CAMIEG (CAM des Industries Électriques et Gazières) - Institut de Formation Rhône-Alpes - ARM - SBM OffShore - Marineland - Cotylancaster - Arkopharma - APM Moscou... Plus de 4000 stagiaires...

Pierre Daviller Formation

N° de SIRET : 484 112 750 00019 / Code APE - 8559B

Tél : 06 86 70 02 90 - Email : pierre.daviller@free.fr