

OUTILS POUR S'ÉPANOUIR ET REUSSIR AU FÉMININ



animé par

Geneviève Prono

26 juin 2017

pour
l'association
CréActives

GENEVIEVE PRONO

MERE ET GRAND-MERE

COACH

AUTEURE

FORMATRICE

THERAPEUTE

ENTREPRENEURE

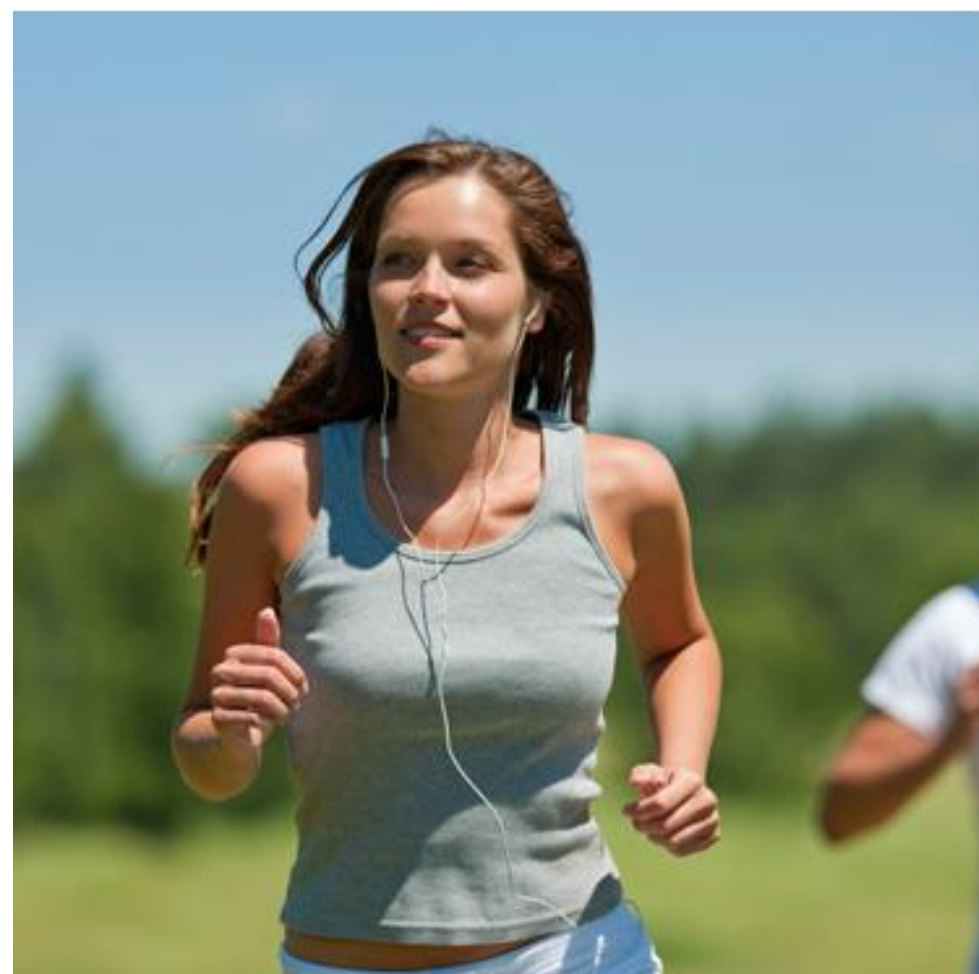


Doulas
de
France
Accompagner la naissance



QUESTION ET TEMPS DE RÉFLEXION ET DE PARTAGE

Qu'est-ce que cela représente pour vous d'être une femme?



SECRET #1 : REPÉRER ET SE LIBÉRER DE SES PROPRES FREINS

Une croyance =

- une pensée construite et très personnelle
- dont nous avons l'intime conviction qu'elle est valide, vraie, réelle, authentique et véritable
- et qui nous sert de repère dans nos actes quotidiens, notre vision du monde, nos jugements sur nous-mêmes, les autres ou le temps.



REPÉRER LES CROYANCES QUI NOUS FREINENT



Les femmes sont ...
Les hommes sont ...
Etre femme c'est ...
La vie est ...
Donc je suis ...
Et je vais ...

Les indicateurs :

Les généralités : tous

Les résistances : mais ...

Les adverbes : trop, pas assez ...

SE LIBÉRER DES CROYANCES QUI NOUS FREINENT

SE POSER LES BONNES QUESTIONS POUR
CHAQUE CROYANCE REPÉRÉE

Est-ce que cette croyance, ce jugement,
sonne juste?

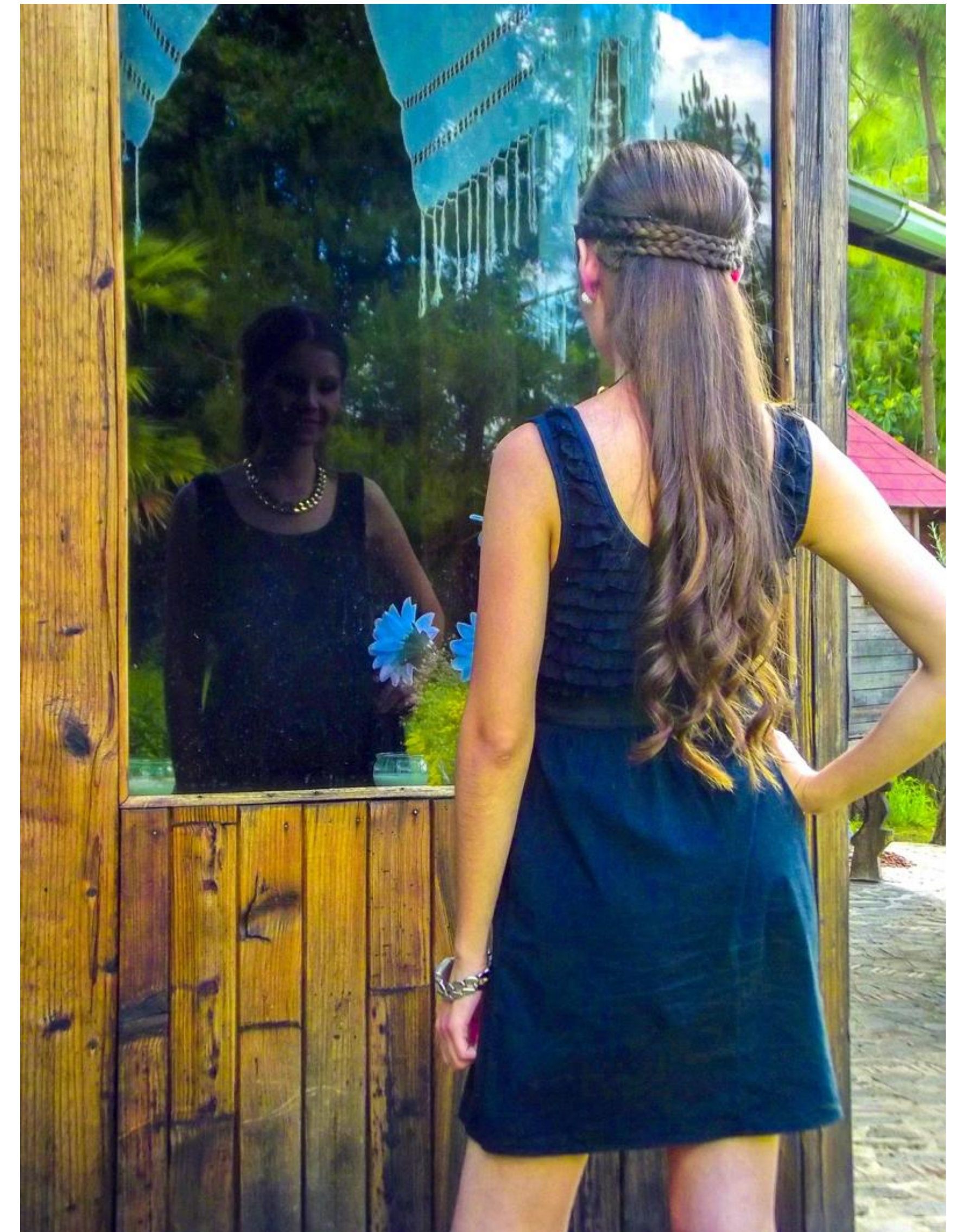
Pour quelles raisons croire à cette croyance?

D'où vient cette croyance, ce jugement?

Existe t-il des exemples qui contredisent cette
croyance?

Que se passerait-il sans cette croyance, ce jugement?

DEVENIR SA MEILLEURE AMIE,
SA MEILLEURE ALLIÉE



SECRET #2 : COMPRENDRE ET UTILISER LES DYNAMIQUES DE VIE



Deux énergies différentes, opposées et complémentaires, en mouvement perpétuel,

Un souffle dynamique, séparateur, transformateur, multiplicateur que l'on associe au **principe Yang, plus masculin**

Un souffle passif, stable, structurant, condensateur, unificateur que l'on associe au **principe Yin, plus féminin.**

SECRET #2 : COMPRENDRE ET UTILISER LES DYNAMIQUES DE VIE



ENERGIE YANG

Mouvement linéaire
Vers l'extérieur et l'avant
Esprit de conquête, compétition
Action, travailler dur, rapidité
Pousser toujours plus loin, plus fort
Décisions basées sur la logique
Confiance modèles éprouvés
Concentré sur le travail, le faire

SECRET #2 : COMPRENDRE ET UTILISER LES DYNAMIQUES DE VIE

ENERGIE YIN

Mouvement circulaire,
Vers l'intérieur, suit le flux naturel
Pérennisation, collaboration
Réflexion, intuition,
Expression créative, être
Ressources intérieures
Espace d'émergence
Repos, temps présent, jeu

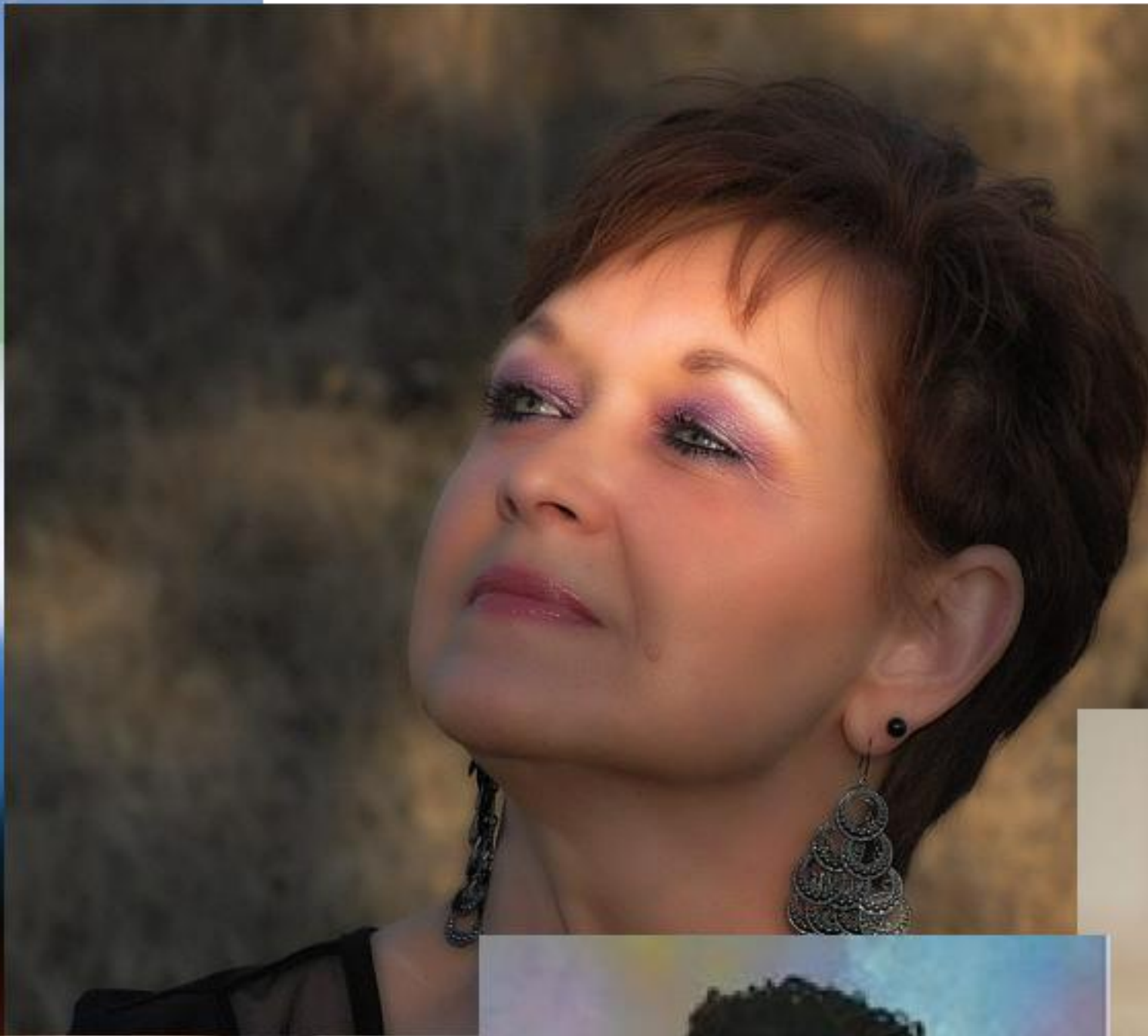


QUESTION ET TEMPS DE RÉFLEXION ET DE PARTAGE

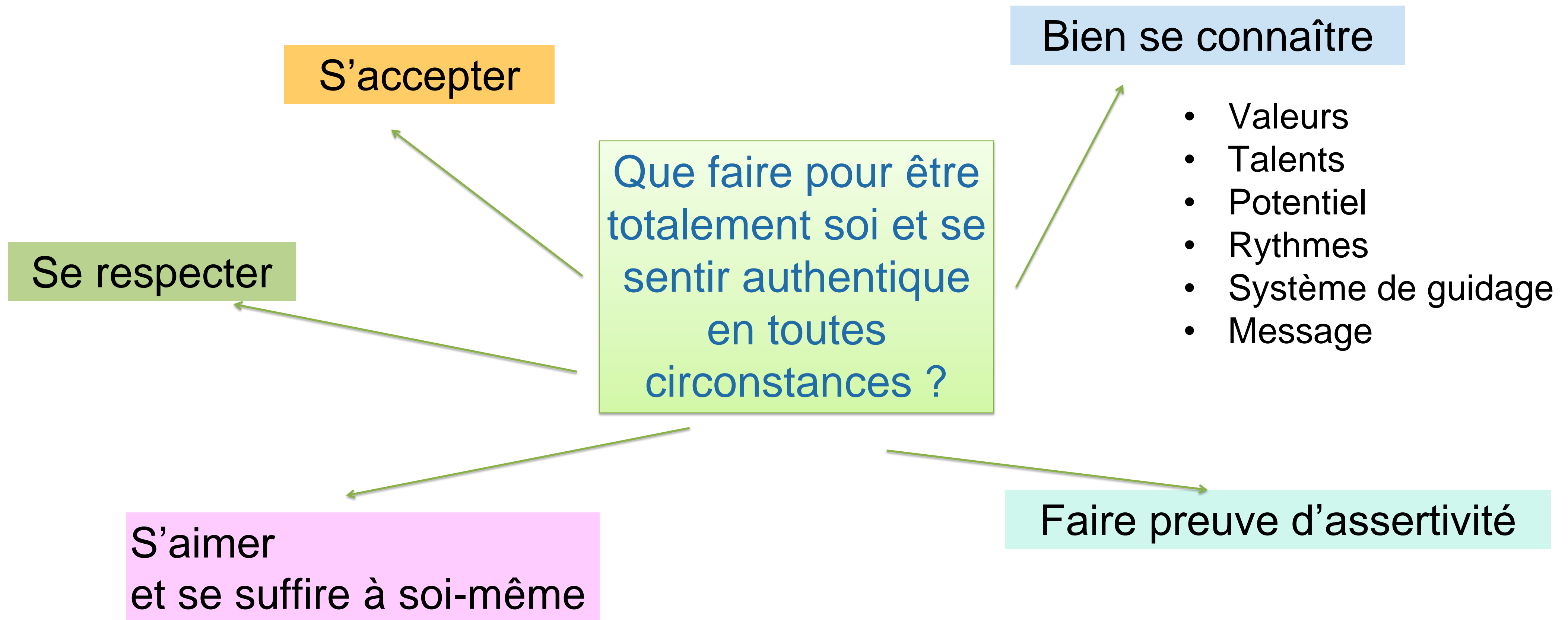
A quels moments et dans
quels contextes
professionnels /personnels
utilisez-vous plus l'une ou
l'autre de ces deux
énergies?



SECRET #3 : ÊTRE TOTALEMENT SOI



SECRET #3 : ÊTRE TOTALEMENT SOI



POUR ALLER PLUS LOIN

Un e-training en 6 étapes : « **Secrets de Réussite au Féminin** » qui vous donnera les clés pour reconnaître et assumer votre dynamique du succès et utiliser vos ressources pour dépasser le plafond de verre.



SECRETS DE RÉUSSITE AU FEMININ: MOD.0 – SEQ.2



GENEVIÈVE PRONO

Accompagne les femmes depuis 1988

Présentation de l'auteure du training



La solution n°1 du e-accompagnement professionnel

Un séminaire « **Révéléz-vous! Pleinement femme, belle et épanouie** »
Module 1 les 25, 26 et 27 août 2017
Module 2 les 23,24 septembre 2017
à Jouy-en-Josas



MERCI



Geneviève PRONO

www.chrysalidefrance.com