

ICF Paris Île-de-France propose

le Café Coach Gare du Nord

Mardi 26 janvier 2016
de 8h30 à 10h30 précises

Paris Nord Café (métro Gare du Nord) □
17 rue de Dunkerque, face à la gare.

Programme

Comment mettre le corps au service du mental ?

Présentation par Josette LEPINE*

Comment mettre le corps au service du mental pour dynamiser vos séances de coaching et cultiver l'art de la relation ?

Une conception inédite pour intégrer les axes cognitifs et corporels grâce au mouvement lors de vos séances.

La séance est au cœur de notre vie de coach. Comment gérer, oser, mettre du mouvement, de la joie, de la légèreté, trouver des options originales et trouver son style ?

Comment avoir un regard différent sur soi, sur le client, sur le contexte ?
Développer et s'accorder à son intuition. Prendre conscience de son intériorité.
Laisser « parler » le corps dans sa dimension intuitive. savoir « ÊTRE » en mouvement.

Discerner quelles sont les actions et réactions possibles.
Le langage non verbal est aussi important, voire plus important, que le langage verbal.
Comment se familiariser avec ces subtilités de communication ?

Un apprentissage profitable afin d'apprivoiser le stress, connaître ses propres besoins, ses limites, et avoir ses propres réponses. Une autre manière de savoir faire face, et induire le changement dans ce contexte global.

** Josette LEPINE, coach, psychothérapeute, créatrice du Coaching somatique, possède une expérience de plus de 30 ans dans l'art du mouvement au travers de multiples techniques corporelles : danseuse à l'Opéra de Paris pendant 25 ans, praticienne de la méthode M. Feldenkrais, elle intervient auprès de chefs d'entreprises, cadres dirigeants, sportifs et d'artistes de toutes disciplines. Josette Lépine est l'auteure de l'ouvrage : le Coaching somatique ou l'intelligence du corps en mouvement.*

Inscription obligatoire sur le site ICF France Menu Événements / Antennes régionales / Ile de France

10 euros (membres ICF) – 15 € (non-membres ICF)