MIEUX SE CO-NAÎTRE

Actuellement vous êtes peut-être face à des doutes. Vous ne savez pas quelles directions prendre, que choisir, où aller. Vous vous sentez perdu et avez la sensation de stagner dans votre vie.

Il est difficile pour vous de poser des limites, les faire respecter, et de ce fait, vous vous retrouvez souvent en réaction émotionnelle.

Pour choisir LA bonne direction, il est indispensable de mieux se connaitre et ainsi faire entendre sa voix/voie car être bien avec soi, c'est également être bien avec l'autre.

Je vous propose un accompagnement de 8 à 10 séances (à déterminer ensemble) afin de partir à la découverte de votre être et d'approfondir cette co-naissance.

Mieux se connaître pour accéder à la joie et au bonheur.....

Les bienfaits de cet accompagnement.

Cet accompagnement vous permettra de mieux vous découvrir afin d'accéder à un "mieux-être" grâce à des outils précis.
Vous serez en capacité de :
- Identifier vos besoins et les verbaliser.
- Poser vos limites et améliorer vos relations à l'autre.
- Appréhender vos différents états du moi et adopter une action juste face à une situation donnée.
- Améliorer votre énergie grâce à un alignement retrouvé.
- Connaître vos émotions à l'instant T et donc mieux les gérer.
- Connaître vos atouts et votre part d'ombre. Mieux vous aimer et retrouver une estime de soi.
- Retrouver une sérénité et une paix intérieure.
- Et plus encore, car se connaître permet d'accéder à des choix justes et bons pour soi...