

Coaching de vie

Le coaching personnel ou coaching de vie

Pour accélérer le changement et accéder au niveau de bien-être et de bonheur désiré et obtenir des résultats tangibles et durables!

Le Coaching PNL est basé sur l'approche de la programmation neurolinguistique et permet de déceler puis d'éliminer les blocages de notre vie et ainsi développer des stratégies positives d'épanouissement personnel et professionnel. Il intervient au niveau de notre environnement, nos comportements, nos croyances, nos valeurs et même de notre identité pour ainsi permettre d'activer et de développer son plein potentiel.



« Faites-vous une image de votre réussite et imprimez-la de façon indélébile dans votre esprit. Que cette image ne pâlisce jamais, qu'elle nourrisse constamment votre esprit, qui cherchera à son tour à la développer. »

-Dr Norman Vincent Peale

Le coaching personnel ou coaching de vie PNL est une démarche fluide et harmonieuse, orientée vers les solutions. Elle prend une forme unique sous l'impulsion de vos propres ressources.

Inspiré des thérapies brèves, cognitives et comportementales, le coaching PNL propose une démarche pratique. Ainsi le coach intervient au niveau des comportements, des capacités, des croyances et de l'identité profonde de la personne.

Comme coach de vie, ou coach personnel, je vous accompagne dans votre démarche de développement personnel et je vous aide

à :

- Élaborer et réaliser avec succès un nouveau projet
- Retrouver votre confiance, votre estime et votre affirmation personnelles
- Créer la vie dont vous rêvez
- Dénouer vos conflits intérieurs
- Développer votre liberté d'être
- Clarifier votre mission de vie
- Apprendre à profiter du moment présent
- Augmenter votre niveau de bonheur
- *Trouver votre voie , une direction pour le futur.*
- Réaliser vos buts, vos rêves et vos objectifs de vie.

De plus, une démarche en coaching de vie PNL permet de:

- Améliorer l'efficacité de votre communication
- Surmonter et transformer des états limitatifs ([stress](#), peur, tristesse, colère, manque de confiance, manque de direction, ambivalence, divers blocages, etc..)
- Transformer vos croyances, pensées et perceptions limitatives
- Améliorer la qualité de vos relations interpersonnelles (sociales, de couple, parent/enfant, etc.)
- Améliorer vos stratégies [d'apprentissage et de concentration](#)
- Et plus encore...

[Cliquez sur ce lien pour connaître nos programmes](#)

[Cliquez sur ce lien pour en savoir plus sur Diane Gagnon, coach et hypno coach certifiée PNL](#)

La plupart des assurances collectives remboursent mes honoraires.

(à noter que seuls les coachs, certifiés en PNL, offrent cet avantage)

Un entretien d'évaluation d'environ 15 minutes est offert

gratuitement et s'effectue par téléphone. Vous pouvez me contacter au 418-569-0222 ou par courriel en [cliquant ici](#).