

Coaching de vie / coaching personnel

Coaching personnel/coaching de vie

Vous souhaitez accéder à plus de bien-être, plus de succès, être plus épanoui(e), plus heureux(se)?



Le coaching PNL, basé sur l'approche de la programmation neurolinguistique, permet de déceler puis d'éliminer les blocages de notre vie et ainsi **développer des stratégies et nos ressources les plus positives et obtenir des résultats tangibles et durables.**

[Pour connaître mes tarifs](#)

« 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

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 **vos 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 Les 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...

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.

Tarifs

Tarif horaire régulier – Adulte

- 110 \$/60 minutes
- 150\$/ 90 minutes

Tarif coaching estival du 15 mai au 15 septembre*

- 95\$/55 minutes

* Selon disponibilité et sur demande.

Tarif horaire – Étudiant

- 95\$/60 minutes

[Coaching via Skype ou par courriel](#)

Processus proposé

1. Exploration de votre **situation et problématique**
2. Clarification de votre **objectif de mieux-être** et de changement désiré
3. Proposition d'un **plan de match** (processus coaching [PNL](#))
4. [Séance de suivi après la fin d'un processus de coaching \(optionnelle\)](#)

Durée des séances

- Durée des séances proposée : 90 à 120 minutes
- Chaque séance est bonifiée d'un suivi par courriel ou en personne lors de la prochaine rencontre : lecture, exercices, tests, tâches, vidéos, etc., propices à la réflexion et à l'approfondissement des changements vers l'objectif et de l'état désiré.

Réservez maintenant votre entretien d'évaluation gratuit!

Un entretien d'évaluation d'environ 15 minutes est offert gratuitement et s'effectue par téléphone.

Contact

- Nom

Prénom

Nom

- E-mail

- Message*



Apprenez-en plus sur
mes [programmes de coaching
midipile coaching.](#)

La plupart des assurances collectives remboursent mes honoraires.

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

[En savoir plus sur Diane Gagnon, coach et hypno coach certifiée PNL](#)