



LeDôJô

Centre de développement personnel et professionnel

La Ligne du Temps

Un outil pour dresser son bilan personnel et réorganiser sa vie

Cette formation, d'une durée de quatre jours, fournit autant un modèle de développement personnel qu'un ensemble de techniques et d'outils au service des praticiens de la relation d'aide. Elle vise à vous faire acquérir, expérimenter, intégrer et appliquer un nouveau modèle d'accompagnement au changement : la Ligne du Temps.

À l'issue de cette formation, non seulement vous apprécierez la manière dont nos souvenirs du passé, notre représentation du présent et nos projections dans l'avenir sont organisés d'une façon qui nous est propre, vous reconnaîtrez comment cette disposition nous renseigne sur notre personnalité, nos valeurs, nos motivations, notre raison d'être, également et saurez comment vous servir de ces renseignements pour mieux vous guider et guider d'autres personnes dans la réalisation d'objectifs de changement grâce aux techniques spécifiques du modèle de la Ligne du Temps.

Elle est ouverte à toute personne qui s'intéresse au développement personnel, soit dans l'optique de sa propre évolution personnelle, individuelle, soit dans une visée professionnelle, en tant que praticien de la relation d'aide (coach, formateur, conseil, psychologue, psychothérapeute, etc.) qui souhaite acquérir de nouvelles techniques d'intervention pour faciliter le développement personnel et professionnel des personnes qu'elle accompagne grâce à un modèle innovant et fiable qui a déjà démontré son efficacité dans divers domaines d'application.

Cette formation résulte de la modélisation de l'expérience humaine. La Ligne du Temps représente à la fois un modèle précis qui permet d'encourager et d'accompagner le changement, et un reflet du fonctionnement humain dans lequel chacun est susceptible de se reconnaître.

Pour cette raison, une part importante du travail sera réservée aux activités de découverte et d'expérimentation de sa propre ligne du temps suivies d'exercices qui visent la transformation en encourageant l'assimilation du modèle et de ses techniques distinctes.

Les apports théoriques et des travaux en grand groupe alterneront avec des démonstrations et exercices pratiqués en sous-groupes pour permettre l'intégration des techniques présentées.

Le dispositif particulier que représente la ligne du temps est décrit et expliqué dans l'ouvrage de Jane Turner : La Ligne du Temps : un outil pour dresser son bilan personnel et réorganiser sa vie, qui vous sera remis lors de la formation.

Durant ce stage, vous apprendrez comment vous accompagner et accompagner d'autres dans une démarche de changement basée sur la cinquième dimension : le temps.

Vous découvrirez la puissance de ce modèle et pratiquerez des techniques précises qui permettent de mettre à jour la ligne du temps et de voyager dans le temps pour réaliser des interventions dans toutes les aires du temps : le passé, le présent et le futur.

Vous apprendrez comment :

- mettre à jour la ligne du temps,
- voyager dans le temps,
- aligner et équilibrer les aires du temps : passé, présent, futur,
- alléger le passé, renforcer le présent, ordonner le futur
- redécouvrir ses rêves pour les rendre réels,
- agir sur les émotions répressives pour libérer son plein potentiel,
- désactiver des émotions négatives, non-aidantes rapidement et facilement,
- activer des émotions positives, aidantes qui soutiennent les changements désirés,
- éliminer la colère et la culpabilité pour qu'elles ne bloquent plus le progrès,
- transmuter la peur en puissance,
- contacter ses ressources en toutes circonstances,
- dépasser la tristesse qui empêche d'avancer,
- reconsidérer les événements du passé,
- accéder à de nouveaux apprentissages,
- transformer les décisions limitantes,
- établir des objectifs SUPER, des objectifs qui donnent l'envie, et les moyens de les réaliser,
- prendre de bonnes décisions pour l'avenir,
- clarifier ses valeurs, les ordonner et les aligner,
- vivre ses rêves au présent,
- se réaliser à travers le temps,
- créer l'avenir.

Vous apprendrez également comment utiliser les techniques de ce modèle seules ou en combinaison avec d'autres modèles ou techniques pour réaliser des interventions complexes en toute simplicité, dont les effets sont durables.

Animateur

Jane TURNER, auteur de : La Ligne du Temps (InterÉditions)

Qualifié



Sarl Jane TURNER - Capital de 20000 € - RCS Paris B 353974041. N° Siret 35397404100017. APE 7022 Z
Le DÔJÔ - 2, Square Vermeuouse 75005 PARIS - Tél. 01-43-36-51-32 - Site WEB : www.ledojo.fr