



Coaching intuitif en développement personnel et spirituel

Adrien-Joannes-Gascon

Définition du Coaching :

Le coaching en développement personnel, aussi appelé coaching de vie, est un accompagnement adapté à chaque personne afin de l'aider à révéler ses talents, à développer ses atouts, son potentiel et ses capacités, et aussi afin de lui donner les clés pour apprendre à s'épanouir davantage, à se sentir bien dans sa vie au quotidien.

Le coaching est avant tout un partenariat où le client et le coach mettent en commun leurs atouts, leurs habiletés pour atteindre les objectifs du client. Nous pouvons tous avoir besoin d'un coach à différents moments de notre vie, après un changement conséquent, quand on se sent perdu, lorsqu'on se retrouve dans une impasse.

Les séances permettent de poser la problématique, de prendre du recul, et j'ai appelé cela «faire le chat» et observer et ainsi voir la situation avec un nouveau regard, en sortant de la focalisation de Victime.

Nous favorisons ainsi la prise de conscience et l'émergence des solutions.



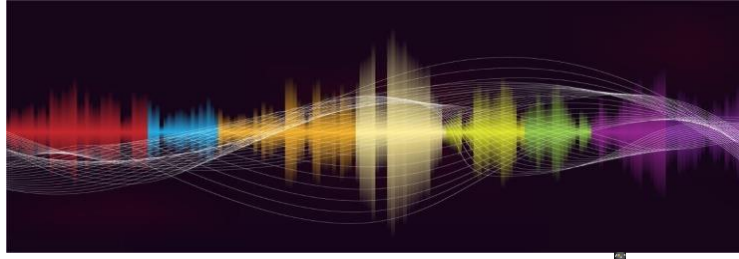
Le coach ou accompagnateur

Et là pour faire redevenir le client maître de sa vie et surmonter les obstacles, les peurs, les doutes qui empêchaient son évolution. Il peut ainsi orienter sa vie, ses projets en accord avec lui-même, créer du sens à son existence. Le coaching permet aux personnes de reprendre leur vie en main, et d'être totalement indépendants, tout en privilégiant le libre arbitre.

Pourquoi utiliser les mots «coaching intuitif» ?

Tout simplement car durant les séances de coaching = accompagnements, j'utiliserai mon intuition, mes perceptions pour vous aider à clarifier et réaliser vos objectifs et à travailler vous aussi avec votre intuition qui a été erronée par des peurs, des émotions et des croyances sociétales,

(Mon Maître me répétait toujours tant que tu vis bien avec tous tes schémas erronés et bien, continue ta vie ; mais si un matin tu te réveilles ou tu t'éveilles et qu'il y a un doute dans ton esprit : là alors change vite tes croyances car elles ne seront plus adaptées à ton chemin de vie mais surtout ne renie pas tes expériences car elles t'auront permises d'arriver dans ton présent à toi-même.) AT



Le propre du coaching est l'adaptation.

Je m'adapterai à vous, à votre énergie, à votre vibration pour vous aider au mieux, en vous fournissant un accompagnement personnalisé, des outils concrets, des exercices variés. Ma mission -qui parfois a l'air impossible- est de vous guider, vous aider à trouver dans les méandres de votre légende vos propres clés, vous inspirer, vous réaligner et vous donner le pouvoir d'atteindre vos rêves, ou plutôt votre réalité et d'accomplir vos projets. Brisez vos limites, faites sauter les barrières de vos contraintes, mobilisez votre volonté, exigez la liberté comme un droit, soyez ce que vous voulez être.

Découvrez ce que vous aimeriez faire et faites tout votre possible pour y parvenir et surtout donner vous-même les moyens : ce n'est pas en restant prostré dans le rôle de victime sur une chaise, en ayant peur de tout. Personne ne viendra vous chercher comme un bisounours pour vous dire : viens c'est tout cuit et n'accuser personne de vos propres manques de discernement, les autres sont juste là pour que vous preniez votre place.

*Alors trois règles de base :
«j'accepte, je lâche-prise et je m'abandonne à la
situation»*

Sans jugement, sans culpabilité ni critique.

À lire : Richard BACH, Jonathan Livingston le goéland.



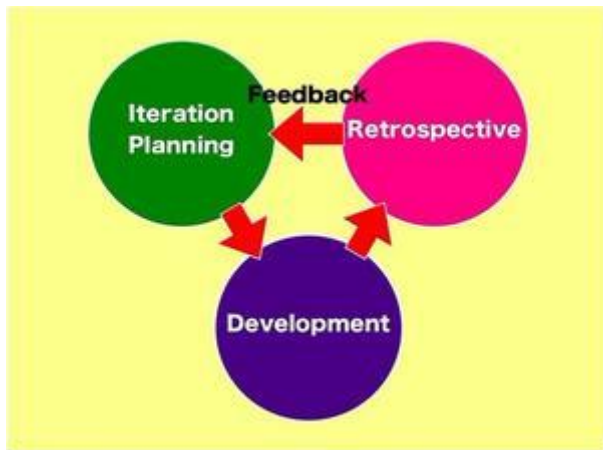
Quand le coaching peut-il être utile ! ???

Le coaching peut être utile à toute personne ayant envie de modifier des points particuliers de sa personnalité : confiance en soi, affirmation de soi, pensée positive. Adopter de nouvelles habitudes : gestion des émotions, du temps, organisation. Améliorer son rapport avec la sexualité, avec les autres en général et ne pas toujours croire que c'est la faute des autres mais commencer à balayer devant sa porte et apprendre surtout à balayer vos émotions pour arrêter de confondre contrôle et maîtrise.

Résoudre des conflits et avoir des relations harmonieuses déjà avec vous-même et après avec votre entourage, vos collègues, votre famille. Améliorer sa vie de couple et apprendre mieux à communiquer et surtout trouver votre propre autonomie dans le couple.

Accomplir un projet et en trouver la motivation : trouver un emploi ou trouver son orientation, une nouvelle profession ou même scolaire. Décider ou gérer un changement dans sa vie professionnelle ou personnelle suite à divorce, deuil, licenciement, déménagement, etc... Surmonter des états émotionnels tels que le stress, la colère, l'anxiété voire l'égo.

Affronter ses peurs (parler en public, s'exprimer, oser le changement...). Développer le lâcher-prise pour mieux appréhender les aléas de la vie.



OU TOUT SIMPLEMENT :

Faire un bilan de vie, pour donner un sens a sa vie !

*J'accompagne les clients sur une voie personnelle et spirituelle. Car il n'y a pas d'âge pour commencer a travailler sur soi et accéder au bonheur de soi !
Il ne faut pas attendre que ça soit les autres qui fassent votre bonheur par la reconnaissance de ce que vous êtes car là, vous allez attendre très longtemps !...*

Le secret du changement ?

Consiste a concentrer son énergie sur soi et non sur les autres pour créer du nouveau, et non pas pour se battre contre l'ancien. Dans le cadre des séances de coaching, j'utilise divers supports tels que les dessins, les schémas, l'acupuncture, l'EFT, le chamanisme, le massage et une solide expérience de thérapeute, d'animateur d'atelier en DVP et d'enseignant dans d'autres domaines.

Merci de m'avoir lu et en espérant vous avoir donné l'envie de vous connaître.

AJGASC



A méditer ...

La liberté n'est pas l'absence d'engagement, mais la capacité de choisir et la possibilité de faire de nouveaux choix pour être sur votre chemin de vie.

AJG

ADRIEN-JOANNES-GASCON

Métaphysicien — Coach Energétique

Contact : Natel: 0792579067

GSM-France:0033/(0)668129777

E.mail : habitatgeocadastrage@gmail.com

Webblog Habitat : atanor.eklablog.com

*Webblog info du Libre
penseur :*

unisite13.eklablog.com