

# Trouver le positif

## en toutes circonstances pour gagner en efficacité professionnelle et personnelle

### TARIFS

**Adhérent** Coût inclus dans la cotisation annuelle

**Non-adhérent** 120 €

**PUBLIC** *Max 20 participants*

Tout professionnel libéral ainsi que tout membre correspondant

### INTERVENANT(S)

**Sylvie Claire MORIN**

Spécialiste en développement personnel et en communication

Inscription

DATE(S)	DURÉE	HORAIRES	TYPE DE SESSION
Mardi 28 mai 2024	6 heures	de 9h00 à 12h00 et de 13h30 à 16h30	PRÉSENTIEL CPG - STRASBOURG

## PROGRAMME

Là où de nombreuses espèces ont disparu, l'être humain a survécu et évolué en développant une grande conscience du danger et en s'en protégeant de multiples façons. Nous sommes « programmés » pour voir d'abord le négatif, car notre cerveau inconscient archaïque (dit reptilien ou « crocodile ») fonctionne en mode « survie ». Nous portons naturellement notre attention sur ce qui ne va pas : nous voyons le détail qui cloche, nous critiquons les autres, nous râtons... La mauvaise nouvelle interpelle et « fait vendre ».

Une deuxième raison renforce ce phénomène. Depuis l'enfance, nous sommes formatés par l'éducation parentale, l'école, puis la société, qui nous serinent ce que nous ne pouvons pas faire, nous montrent ce qui ne va pas, ce qu'il faut changer. Nous ne sommes pas habitués à être valorisés et soutenus pour mieux nous épanouir.

Bonne nouvelle : quel que soit notre âge, quelle que soit notre situation actuelle, il est possible de déprogrammer cette tendance à la négativité et de la remplacer par des habitudes plus positives, de retrouver la confiance en soi, le bien-être intérieur, la sérénité, qui nous feront gagner en efficacité dans tous les domaines de notre vie!

- Comprendre d'où vient la tendance à la négativité
- S'ouvrir à de nouvelles perspectives
- S'obstiner à trouver ce qui va bien
- Communiquer positivement
- Apprendre à « décoller les étiquettes »
- Pratiquer l'intention positive
- Echanges et partages, avec exercices pratiques et mise en application