

Ressources & Déploiement

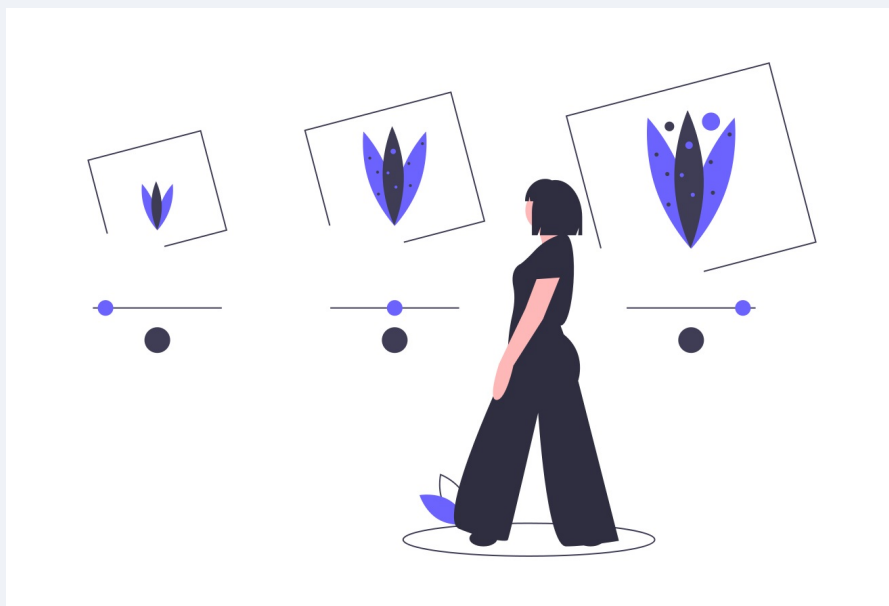
Bonjour {{ contact.PRENOM }}.

Ce mail est fait pour être lu, transmis ou partagé sur les réseaux !

Au menu de cette missive :

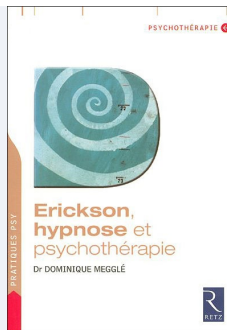
- Découvertes et inspirations
- Mon réseau est formidable
- Actus
- Ressources décortiquées

Temps de lecture : 7' ou 77' suivant votre rythme



**Des ressources & du
déploiement !**

Découvertes - Inspirations



Aujourd'hui je vous présente le livre que je lis lors de mon petit café le matin au ¾ (le QG sympa de mon quartier).

“Erickson, hypnose et psychothérapie”, 2005 du Dr Dominique Mégglé

Mes impressions sur le livre

J'avoue, je ne l'ai pas encore fini, donc je ne vous parlerai que des 2 premières parties.

La première un vrai régal pour moi qui suis fan d'anecdotes de vie de Milton Erickson.

Mais au-delà de cet aspect, la mise en perspective chronologique est très intéressante.

En effet, Milton Erickson à toujours fait de l'hypnose mais il ne le savait pas ! Avant même de l'étudier formellement, tous les obstacles que la vie lui a présentés ont été des occasions de développer son talent hors norme.

Au-delà de l'hypnose ce livre propose une vision de la thérapie que je partage entièrement.

Dr Mégglé utilise l'humour et la provocation pour décrire sa vision de la thérapie et comment en digne héritier de M. Erickson, il a construit lui aussi sa façon personnelle d'accompagner.

Il rejoint donc M. Erickson en soulignant que chacun doit faire de la thérapie avec ce qu'il est.

Dans la seconde partie vous aurez un regard orienté outils de l'hypnose qui va balayer tous les aspects et étapes d'une séance d'hypnose.

Le tout est agrémenté de nombreux exemples, anecdotes et histoires ce qui en fait un ouvrage très vivant.

En un mot, vivement la troisième partie !!!

4ème de couverture

"Ce livre est une introduction à la vie et à l'œuvre du

psychiatre américain Milton H. Erickson (1901-1980), qui a fait école dans le monde entier grâce à sa pratique originale de l'hypnose en psychothérapie.

La première partie de l'ouvrage présente Erickson qui, ni mystique ni gourou, était un thérapeute pragmatique, proche de ses patients et de leur vécu quotidien. Il a découvert les vertus thérapeutiques de l'hypnose en cherchant le moyen de réactiver les ressources psychiques de ses patients. La clé de la guérison est en effet, pour Erickson, le malade lui-même. Le thérapeute utilise les indicateurs physiques et mentaux, captés par son regard, pour guider le patient dans la bonne direction.

La deuxième partie expose les principes de l'hypnose, vue comme état mental naturel auquel le psychothérapeute conduit le patient pour qu'il accède à son inconscient et à la solution de ses problèmes.

Dans la dernière partie, l'auteur du livre, psychiatre lui-même, ouvre les portes de son cabinet aux lecteurs. Tel un artisan, il pratique le " sur-mesure " avec ses patients. Ouvert à la diversité humaine, il poursuit chaque thérapie selon un rythme et des objectifs particuliers, ce qu'illustrent de nombreux exemples."

Un des concepts importants

Les présupposés de Milton Erickson sur la thérapie sont simples :

- 1 - Le but de la thérapie est le changement
- 2 - Le thérapeute est là pour aider le patient à changer par lui-même
- 3 - Chaque patient est unique
- 4 - C'est au thérapeute de s'adapter au patient, et non l'inverse

Ma citation préférée

"Je ne crois pas aux thérapeutes désincarnés qui pensent pouvoir se contenter d'appliquer des techniques apprises dans les manuels ou les séminaires. Pire, je les considère comme dangereux. Malheureusement ils existent." Dr D. Mégglé

[Pour commander le livre directement chez l'éditeur.](#)

Mon réseau est formidable

- Ravi de partager ce moment avec
Virginie, Isabelle, Herve, Stéphanie, Fabrice, Barbara,
Isabelle, Karine, Bernadette, Christophe, Valérie, Ariane,

Laurie, Irène, Pascale, Sonia, Magdeleine, Marine, Fred, Eva, Nys, Fleur, Sabine, Eliabel, Dominique, Lydie, Aurelie, Fabienne, Marie, Stéphanie, Virginie, Sophia, Gaël, Hemed, Eve ... Qui viennent de nous rejoindre.

J'attends vos retours, vos conseils, vos envies et si vous êtes tenté par une petite mise en lumière sur cette newsletter, vous êtes les bienvenus !

Partager, laisser de la place fait partie de mon ADN, c'est pourquoi j'ai souhaité vous mettre en lumière. Et c'est donc une proposition de portraits amicaux aux valeurs qui, je l'espère, seront communes à tous.

Pour cette fois-ci, deux mises en lumière, Isabelle et Pierre-olivier, merci à eux.

Je suis Isabelle, 45 ans, infirmière en pédopsychiatrie. Je travaille dans un Centre Médico-Psychologique après avoir accompagné un public TSA (Trouble du spectre autistique) pendant 8 ans. La prise en charge des enfants, des familles est pluridisciplinaire et est très variée. Le travail s'articule autour de la relation, de l'accueil de groupe au CMP (centres médicaux psychologiques), de soutien parental. Je m'enrichis de la rencontre. Elle crée du mouvement, c'est un métier où l'on se sent vivant.

- **Quel était le(s) besoin(s) qui t'a amené à faire ce que tu fais aujourd'hui ?** Le besoin d'être en lien, le soin comme médiateur à la relation.
- **Qu'est-ce qui t'inspire aujourd'hui ?** L'art-thérapie, la prise en charge du stress post-traumatique, les neurosciences ...
- **Quels sont les réussites et les échecs particulièrement fondateurs qui font ce que tu es, qui influencent ce que tu fais ?** Les échecs sont liés à des fonctionnements comme la peur de l'échec, le syndrome de l'imposteur, qui m'ont fait faire diversion mais j'ai la satisfaction d'être arrivée à un endroit où j'avais envie d'être finalement même si cela a pris du temps.
- **Quelles compétences as-tu déployées tout au long de ton parcours ?** Se diversifier, enrichir ses compétences professionnelles de ses intérêts personnels, changer d'endroit professionnel pour aller vers et persévérer.
- **Quels conseils pourrais-tu donner à quelqu'un qui aurait envie de faire le même métier que toi ?** Je

pense que le conseil le plus important pour moi que j'ai reçu et qui a été fondateur, c'est que l'objectif du parcours est de cheminer, d'expérimenter et donc ce n'est pas seulement le résultat qui compte.

- **Quelle est ton actualité ?** Je viens de faire une formation avec la CUMP (cellule d'urgence médico-psychologique). C'était passionnant. Ça m'a donné envie d'approfondir avec un DU psychotraumatisme.

L'interview d'Isabelle sur sa formation en PNL :



Je suis Pierre-Olivier Mattei, 59 ans, compagnon et époux d'une femme hors du commun ainsi que père de deux merveilleuses filles, chercheur de métier (acousticien, mathématicien et expérimentateur), surfer et navigateur à ses heures perdues, jardinier, lecteur, photographe et dessinateur le reste du temps.

- **Quel était le(s) besoin(s) qui t'a amené à faire ce que tu fais aujourd'hui ?**
Comprendre et créer
- **Qu'est-ce qui t'inspire aujourd'hui ?**
Les grands artistes, écrivains, philosophes et scientifiques du monde, autant passés que présents.
- **Quels sont les réussites et les échecs particulièrement fondateurs qui font ce que tu es qui influence ce que tu fais ?**
Mes rêves d'adolescent, les morts qui m'ont accompagnés tout au long de ma vie, ma famille et mes amis
- **Quelles compétences as-tu déployées tout au long de ton parcours ?**
Curiosité, imagination, partage et humilité
- **Quels conseils pourrais-tu donner à quelqu'un qui aurait envie de faire le même métier que toi ?**
Sois !
- **Quelle est ton actualité ?**
Travailler à la transition énergétique et à la protection de

l'environnement

- **Autre chose à ajouter ?**

J'ai tellement à apprendre et faire qu'il me faudrait huit vies supplémentaires

Mes actus !

Comme vous l'avez peut-être remarqué, **Massilia Coaching** change de nom pour devenir :

☺ **Ressources & Déploiement** ☺... **R&D** pour les intimes ☺.



Ressources
& Déploiement

Et par voie de conséquence, c'est aussi un tout nouveau site que vous allez pouvoir consulter !

[Ressources & déploiement](#)

J'attends vos retours... ☺

**Formation PNL
& Hypnose à
Marseille**

et ailleurs !

Donnez-vous les moyens de
changer !

Ressources
& Déploiement

L'actu des formations :

Praticien PNL

Gestion des relations humaines
dans le milieu professionnel
(NIVEAU 2)

Dates :

- Du 18 au 22 janvier, puis
- Du 4 au 8 février 2023

Approfondir votre connaissance de la PNL en pratiquant de nouveaux protocoles.

Utiliser ces outils pour déployer votre potentiel et vous fixer des objectifs en adéquation avec vos valeurs.

Ah oui, il faut avoir validé un Technicien PNL pour accéder à cette formation !

[Je veux plus d'infos !](#)

Les Webinars



Le retour des Webinar pour apprendre à gérer ses émotions 😊
😞😞😞, pour avoir une communication efficace.

Le prochain ? **Le jeudi 20 Octobre à 19h.**

[Je m'inscris au Webinar !](#)

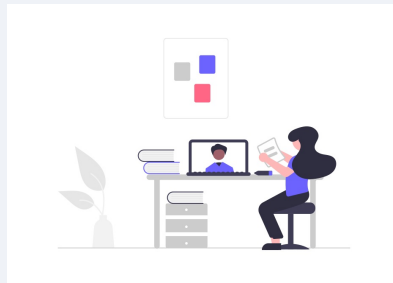
Et bien évidemment, mon actualité c'est aussi ma formation en E-learning dont je suis très fier !

La qualité des vidéos (presque 9h) est vraiment top.

Le contenu vous permet de poser des bases solides pour vos accompagnements, votre communication avec vos clients, vos équipes et tout simplement avec votre entourage.

Et en plus, vous avez un module spécifique de découverte de l'hypnose !

[Une vidéo teasing ? OK !](#)



Technicien PNL

Gestion des relations humaines
(Niv 1)

Trois formules possibles :

- E-Learning seul
- E-learning + 4 jours de présentiel
- E-learning + Coaching + 4 jours en immersion
- **Premier pilier** : Savoir donner confiance.
Savoir écouter et être écouté.
- **Second pilier** : S'intéresser réellement à l'autre.
Comprendre le fonctionnement de l'autre et avoir la juste réaction.
- **Troisième pilier** : Déterminer de "vrais" objectifs.
Passer des objectifs que l'on n'atteint rarement à ceux que l'on vit pleinement !
- **Quatrième pilier** : Choisir ce qu'il est juste de ressentir.
Arrêter de "subir" vos émotions, pour les choisir en fonction des situations.
- **Cinquième pilier** : Développer l'art du langage.
Conduire des entretiens en posant les bonnes questions, avec le juste regard et créer du changement avec des

outils puissants.

Une réelle façon de voir le monde autrement en améliorant votre communication et vos relations.

Découvrir et utiliser les premiers protocoles en vous imprégnant de l'état d'esprit de la PNL.

[Je veux plus d'infos !](#)

Les nouveautés de la chaîne Youtube



Limites protectrices - Hypnose générative

Voici ma dernière vidéo d'hypnose 😊, et aussi la seconde 😊... Je sais, ça ne fait pas beaucoup, mais je vais continuer à alimenter ma chaîne Youtube pour vous en proposer de nouvelles

Le thème :

Trop souvent on se laisse envahir par les émotions des autres. Cette séance vous propose de réinstaller votre limite vous protégeant de manière juste de ce qui vous entoure.

[Allez, un moment pour moi !](#)

La ressource décortiquée !

Le Design Thinking c'est quoi ? Et comment je peux l'utiliser en formation ou avec des clients ?

Les concepts :

L'humain au
centre de toutes
les réflexions



L'intelligence
collective



L'expérimentation



Les étapes du projet (et de la formation)



L'immersion

Le formateur facilitateur apporte la problématique (ex: comment créer l'alliance) puis nous avons les premières réactions et les premiers Feedback,

L'idée est de plonger dans la carte du monde du client potentiel en prenant en compte la sienne.

Comment ? Avec ces questions :

- Qu'est-ce qui peut poser problème ?
- Quel est l'irritant ?
- Le point de douleur majeur ?

L'idéation

À partir du ou des problèmes :

- Générer des idées en quantité => No limit !
- Sélectionner les idées les plus opportunes

À cet endroit-là il peut y avoir un apport de contenu par les formateurs (2d passage).

Le prototypage

- Donner vie à cette (ces) idée(s)
- Respecter les critères définis

Le test

- Tester le prototype avec des utilisateurs
- Valider ou non nos hypothèses
- Recueillir des feed-back

L'itération

- Créer une version 2 de notre prototype
- Puis, peut-être, 3 et 4

Que chacun puisse faire du sur-mesure - un mot liberté

Rentrons dans les détails

Déroulement de l'étape d'immersion :

"Identifier et maximiser les points forts du projet - Augmenter l'implication et la performance du groupe - Faire du ludique - Communication - Ecoute."

Phase de divergence

- Cette phase peut par exemple se faire sous forme d'interview

- Observer
- Interagir avec empathie
- Se mettre à sa place

Phase de convergence

- Cibler quel est le besoin
- Poser les étapes entre le besoin et sa satisfaction
- Définir des "avatars"

Déroulement de l'étape d'idéation :

"Si une image vaut 1000 mots, alors un prototype vaut 1000 réunions."

Phase de divergence

- Cette phase est souvent la plus agréable
- Sortir des sentiers battus
- Imagination sans limite

Phase de convergence

- Poser le cadre (pour les stagiaires par les formateurs)
- Technique de l'entonnoir
- Faire aboutir une idée majeure :
 - Désirable

- Faisable
- Viable (pour l'Organisme de Formation)

Déroulement de l'étape de prototypage :

"La vérité vient du terrain."

- Ne pas tout prototyper, seulement une partie
- Construire un élément tangible
- Message clair : Cible - Objectif - Avantage majeur - Bénéfice

Déroulement de l'étape de test :

"Trompez-vous rapidement et trompez-vous souvent pour réussir plus vite."

- Cadrage
- Tests sous forme d'interview avec le script d'interview
- Débriefing

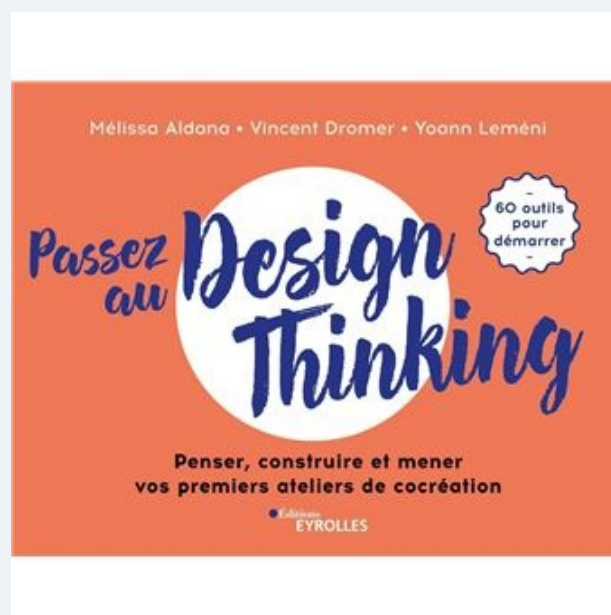
Déroulement de l'étape d'itération :

"Je ne perds jamais, soit je gagne, soit j'apprends."

- Répéter les étapes et affiner à chaque fois !
- Apport de contenus ?
- Valider les hypothèses une à une
- Succès = répétition

Pour aller plus loin je vous engage à acheter le livre : "Passer au Design Thinking" des éditions Eyrolles. (Clique sur l'image)

C'est en s'inspirant de ce très bon livre que nous avons mis en place avec **Carole Denis** une journée de formation au Frioul ou l'on s'est régalé. Mais ça, c'est une autre histoire !



Conclusion

Vous voilà arrivé au bout !

Félicitations pour votre courage 😊

Merci de m'avoir lu {{ contact.PRENOM }}.

Si ça t'a plu partage la !

[Je m'inscris à la newsletter](#)



Ressources & Déploiement - Thomas Rolin

10 Place Sébastopol, 13004 Marseille

Cet email a été envoyé à {{contact.EMAIL}}

Vous l'avez reçu car vous êtes inscrit à notre newsletter.

[Se désinscrire](#)

