

# Ressources & Déploiement

Bonjour {{ contact.PRENOM }}.

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

## Au menu de ma Newsletter :

🕒 Zoom Hypnose

Découvertes et inspirations

Un protocole PNL d'inspirations croisées

Mon réseau est formidable

Temps de lecture : 5'



**Des ressources &  
Du déploiement !**

---

🕒 **Zoom Hypnose**



Je vous propose un résumé de l'article sur la "Liaison en Hypnose Thérapeutique" qui est sur mon site.

Dans cet article j'explore le concept de la liaison en hypnose, une technique puissante pour relier des éléments qui étaient auparavant sans association. En hypnose thérapeutique, cette méthode peut être employée pour traiter des problèmes psychologiques tels que l'anxiété, la dépression et les phobies.

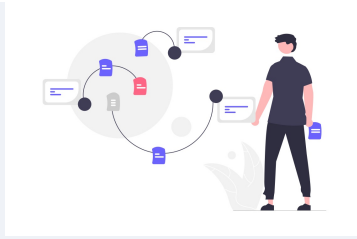
La liaison repose sur l'utilisation des associations naturelles du cerveau, reliant des images positives à des souvenirs ou des expériences négatives pour favoriser le bien-être. Elle implique des mécanismes cérébraux tels que la plasticité synaptique et la mémoire implicite.

Dans mon article je propose également deux exercices pratiques pour vous ou vos clients, visant à renforcer la liaison et à déployer des émotions positives. ☺

En fin d'article, je mets en lumière la différence entre la liaison hypnotique et l'ancrage en PNL, en soulignant leurs objectifs, leurs mécanismes et leur utilisation respective.

En conclusion, la liaison en hypnose est un outil puissant pour les professionnels du développement personnel et de la thérapie, offrant des possibilités de transformation profonde et de changement positif. Avec de la formation et de la pratique, elle peut être un atout précieux dans votre domaine.

**[Pour plus de détails :](#)**



[Lire l'article complet ici](#)

Continuez d'explorer ces techniques pour enrichir vos pratiques en hypnose thérapeutique ! ☺☺

## Découvertes - Inspirations

### The One Thing



L'idée principale du livre est que, pour réussir, il faut se concentrer sur une seule chose à la fois :  
Les auteurs affirment que le multitâche est une illusion :  
Au contraire, en se concentrant sur une seule chose, on peut la faire mieux et plus rapidement :

Pour trouver la "one thing", il faut d'abord clarifier ses objectifs :  
Qu'est-ce que vous voulez accomplir ?

Une fois que vous avez des objectifs clairs, vous pouvez commencer à identifier les actions qui vous permettront de les atteindre :

Une fois que vous avez identifié la "one thing", il faut vous y consacrer pleinement :

Cela signifie dire non aux distractions et aux tâches non essentielles :

Il faut également être prêt à faire des sacrifices pour atteindre votre objectif

Voici les principales étapes pour trouver et mettre en œuvre

la "one thing"

- Clarifiez vos objectifs : Qu'est-ce que vous voulez accomplir ?
- Identifiez les actions qui vous permettront d'atteindre vos objectifs.
- Choisissez une action prioritaire.
- Dites non aux distractions.
- Faites des sacrifices.

Le livre "The One Thing" propose également des outils et des exercices pour vous aider à mettre en œuvre cette méthode. Voici quelques conseils supplémentaires pour trouver la "one thing"

- Pensez à long terme : Ne vous contentez pas de vous concentrer sur les tâches urgentes. Concentrez-vous sur les tâches qui vous permettront d'atteindre vos objectifs à long terme.
- Soyez réaliste : Ne vous fixez pas des objectifs impossibles à atteindre.
- Soyez flexible : Les choses changent. Soyez prêt à ajuster votre stratégie en fonction des circonstances.

La méthode "The One Thing" est une approche simple mais efficace pour améliorer votre productivité et atteindre vos objectifs.

Si vous avez du mal à vous concentrer et à atteindre vos objectifs, ce livre est une lecture incontournable.

## C'est le moment du cadeau

### Essentiel marche arrière



L'Essentiel marche arrière, Un exercice pour atteindre votre essentiel.

**Inspiré du livre "The One Thing" et croisé avec la PNL et les SBA.**

Découvrez une méthode puissante pour définir votre essentiel à terme et planifier vos objectifs à court terme !

Ce document vous guide pas à pas pour visualiser votre vie dans 5 ans, 1 an, 1 mois, une semaine, un jour et maintenant, en vous connectant à vos sensations internes et en utilisant des stimulations bilatérales alternées.

L'objectif est de trouver les sensations et votre mot clé qui résume toutes vos aspirations pour créer un impact positif sur le monde !

Ne manquez pas cette opportunité de vous épanouir et de réaliser vos rêves ! 😊

**Je vais prendre mon cadeau !**

---

## Mon réseau est formidable



Hello ! Moi c'est Nathalie CASTRO, 1m57 et Graphiste Webdesigner spécialisée en Curiosité pulsionnelle depuis 2008 !

J'aide les petites entreprises, praticien·ne·s, thérapeutes, coachs qui débutent, qui ont du mal à déléguer à une graphiste, à se créer, un logo professionnel, une charte graphique, et un document au choix, tout cela sur Canva, et... avec mon aide, car je prends la main si besoin à chaque étape

!

### **Quel était le(s) besoin(s) qui t'a amené à faire ce que tu fais aujourd'hui ?**

Instant révélation... Je me sens redevable auprès des thérapeutes.

Pendant de longues années, j'ai eu des soucis de santé... Grâce à une médecine conventionnelle peu efficace sur moi (on voulait me donner de la Cortisone à vie ), je me suis dirigée vers des thérapeutes.

J'ai investi dans ma santé, en allant voir un hypnotiseur (pour travailler sur mon inconscient et mon mental), une maîtresse Reiki (travail énergétique), et aussi une kinésiologue (pour dialoguer avec mon corps).

Grâce à ces expertises complémentaires et nos séances, j'ai vu une évolution incroyable et rapide sur mes problèmes. Aujourd'hui, je suis complètement guérie.

Mais pourquoi n'est ce pas plus connu ?

Pourquoi parfois, ces thérapeutes, doivent reprendre un travail qui ne leur plaisent pas alors qu'ils/elles peuvent aider beaucoup de monde grâce à leurs services ?

Pourquoi ont-ils du mal à se faire connaître, à se démarquer ou à se crédibiliser ?

Et si je les aidais à mon tour ?

### **Qu'est-ce qui t'inspire aujourd'hui ?**

Je souhaite qu'encore plus de personnes vivent de leurs passions, car c'est magique.

Mais le plus valorisant dans tout cela pour moi, c'est voir une entreprise se transformer, et réussir grâce à mes conseils.

Voir un-e thérapeute avec le sourire, s'épanouir durablement, en aidant plus de gens à son tour... grâce à mon travail !

C'est comme cela que je mets ma pierre à l'édifice, c'est comme cela que j'œuvre pour un monde meilleur.

Grâce aux dons de mes clients.

Alors Merci !

### **Quels sont les réussites et les échecs particulièrement fondateurs qui font ce que tu es qui influences ce que tu fais ?**

Après un licenciement économique en tant que Graphiste dans une agence, j'ai décidé de me lancer à mon compte en 2010. C'était une sacré épreuve.

Autour de moi, personne n'était à son compte. J'étais un peu l'alien qu'on soutenait... mais avec quelques craintes quand même !

J'ai voulu que ma famille soit fière de moi...  
Comme tout entrepreneur, j'ai eu des moments de pressions,  
de doutes, de fatigue, de ne pas avancer !  
Je me suis épuisée... beaucoup... à vouloir tout faire seule.

Puis j'ai décidé de me faire accompagner par des spécialistes,  
pour développer mon entreprise.  
C'est grâce à leurs conseils que j'ai réussi à avancer. Car  
seule, je n'aurais clairement pas réussi. Et je ne reviendrais  
en arrière pour rien au monde !  
C'est un vrai soulagement de pouvoir compter sur une  
personne pour nous aider, et c'est pour celà que je souhaite  
offrir de l'accompagnement à mes clients.

### **Quels conseils pourrais tu donner à quelqu'un qui aurait envie de faire le même métier que toi ?**

Qu'il doit trouver le plus rapidement possible son élément  
différenciant, et jouer à fond sur la visibilité !

### **Qu'elle est ton actualité ?**

J'ai lancé ma formation Pulsion Créative !  
C'est mon programme phare, qui est là pour vous aider à  
avoir une image professionnelle.

Ce programme là, il est unique. C'est tout ce dont vous avez  
besoin.

Mon objectif, ce n'est pas de vous laisser derrière votre  
écran, à créer votre logo, tout seul, sans aide, via des vidéos.  
NON !

Le but de mon programme, c'est de vous aider, mains dans la  
mains, Clic par clic, à construire une image qui vous  
ressemble.

De vous accompagner dans les bonnes prises de décisions.  
Qu'est ce qui fonctionne pour VOUS. Pour VOTRE univers,  
VOTRE personnalité, pour VOTRE client idéale, pour Votre  
projet.

De vous aider à mettre en place une communication qui vous  
plaît et que vous allez aimer montrer.

Car le but ultime est de vous rendre autonome pour faire  
fonctionner votre entreprise sur le long terme.

Il y a 4 heures de vidéos afin de créer son logo, sa charte, et  
un document au choix sur Canva.

+ 4 heures de coaching en tête à tête, pour prendre la main  
sur vos designs et vous donner une stratégie personnalisée  
sur votre projet

+ 2 coachings de groupes pour répondre à vos questions

+ 1 Trio de discussion pour s'entraider

+ 1 Groupe Facebook pour poster vos designs et avoir mes retours entre 2 coachings.

Bref tout le nécessaire pour se sentir accompagné-e !

### Autre chose à ajouter ?

Il ne reste que 4 places pour le mois d'octobre. Il est important pour moi d'ouvrir les portes de cet accompagnement à un petit groupe seulement pour être 100% disponible pour mes clients.

Tu veux connaître les modules et les cadeaux surprises ?

Clique ici <https://jaimemacom.com/formation-creation-logo-charte-graphique-canva/>

Voilà, j'espère que cet entretien t'a donné un aperçu de qui je suis et de ce que je fais. Si tu as des questions ou si tu veux en savoir plus, n'hésite pas !

Douce journée,  
Créativement,

---

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

Si ça t'a plu partage à ton réseau 😊

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](#)

