

Ressources & Déploiement



✨ Transformez votre Réalité
avec la PNL et l'Hypnose :
Édition Janvier 2025 ✨

Découvrez le Recadrage, la Dissociation Consciente et comment
transformer les échecs en ressources. 🚀

Bonjour {{ contact.PRENOM }},

Ce mail est conçu pour vous inspirer, vous outiller et vous propulser vers vos objectifs. N'hésitez pas à le partager avec votre réseau pour que chacun puisse bénéficier de ces précieuses connaissances ! 🚀

Au sommaire de cette édition de janvier :

🔍 **Zoom PNL** : Maîtrisez l'art du recadrage pour transformer votre perception des situations.

📅 **Mes Actualités** : Les prochaines formations et offres spéciales à ne pas manquer !

💡 **Cas Clinique** : Un exemple concret de transformation d'un échec en une source d'apprentissage et de confiance.

🌀 **Zoom Hypnose** : Explorez la puissance de la dissociation consciente/inconsciente pour accéder à vos ressources internes.

🕒 **Temps de lecture** : 5 minutes (optimisé pour une lecture rapide et efficace)

🎯 **Zoom PNL : Le Recadrage, l'Outil Clé pour Changer de Perspective**



Comment ça marche ?

- **Recadrage de contenu** : Changez la signification d'un événement ou d'un comportement.
- **Recadrage de contexte** : Modifiez la perception en plaçant l'événement dans un cadre différent.



Exercice pratique :

1. Identifiez une situation récente qui vous a frustré.
2. Posez-vous ces questions :
 - Quels **apprentissages** cette situation m'offre-t-elle ?
 - Dans quel autre **contexte** ce comportement pourrait-il être utile ?

Applications du recadrage :

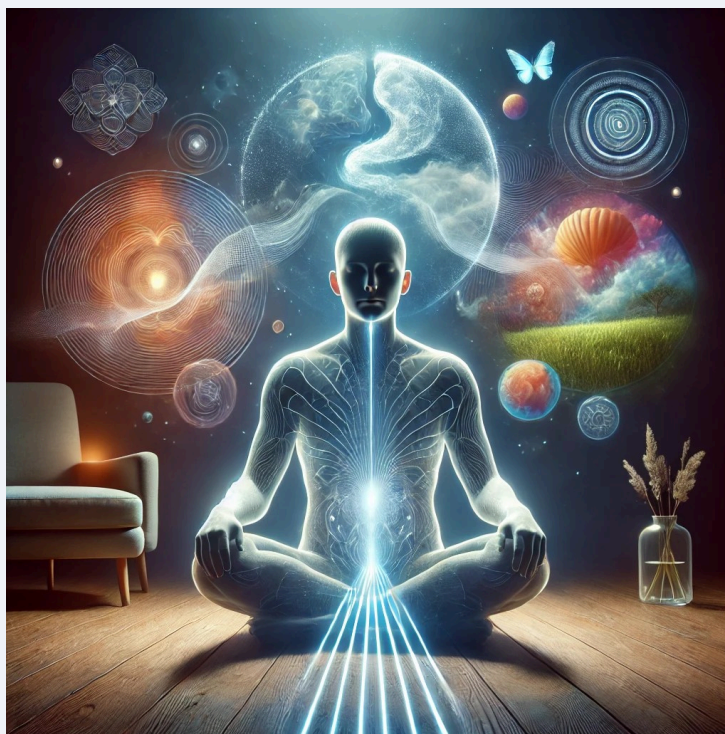
- Transformer les perceptions négatives en opportunités.
- Améliorer votre communication et vos relations.
- Gérer les phobies et l'anxiété.
- Débloquent des ressources inconscientes.

Il existe de nombreuses autres formes de recadrage que je vous propose d'explorer dans cet article :



[Transformer Votre Réalité : Les Puissantes Facettes du Recadrage en Thérapie et Coaching](#)

☀ Zoom Hypnose : La Dissociation Consciente/Inconsciente, un Voyage Intérieur



L'hypnose offre un accès privilégié à votre inconscient, là où se trouvent vos ressources et votre créativité. Le concept de **dissociation consciente/inconsciente** permet de travailler sur plusieurs niveaux simultanément, ouvrant la voie à des changements profonds et durables.

Techniques de dissociation :

- **Conscient/Inconscient** : "Pendant que votre esprit conscient écoute mes mots, votre inconscient explore des solutions."
- **Corps/Esprit** : "Votre corps reste ici, ancré dans le présent, tandis que votre esprit voyage vers de nouveaux horizons."
- **Haut/Bas** : "Sentez la légèreté dans le haut de votre corps, la solidité dans le bas."
- **Droite/Gauche** : "Laissez chaque main explorer son propre rythme, libérée de toute contrainte."

☀ **Astuce Thérapeutique** : Imaginez votre main se soulever, une métaphore de votre capacité à prendre du recul face aux difficultés.



Cas Clinique : De l'Échec à la Ressource, la Transformation est Possible

Un client, se sentant dépassé par un échec professionnel, se disait "Je ne suis pas à la hauteur". Nous avons exploré ensemble la fonction positive de cet échec : son perfectionnisme. En recadrant cet événement comme un **apprentissage**, il a retrouvé confiance en lui et a abordé ses projets futurs avec sérénité.

👉 **Leçon pratique** : Prenez le temps de lister vos derniers échecs et identifiez la qualité ou ressource qu'ils vous ont permis de développer.



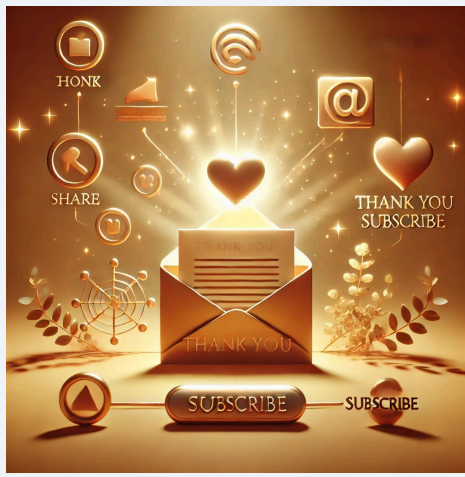
Actualités et Opportunités : Ne Manquez Rien !

- 🎓 **Formation Métaprogrammes**
 - **Ouverture** : Mars 2025
 - **Contenu** : Découvrez les métaprogrammes, ces filtres inconscients qui influencent la communication et la pensée, et apprenez à les identifier chez vos clients.
- 🔥 **Offre Spéciale** :
 - **-10%** sur le programme de Technicien PNL en e-learning pour toute inscription avant le 31 janvier 2025.
 - **Code** : Janv2025

Technicien PNL

Merci pour votre confiance et votre fidélité. Si ce contenu vous a été utile, partagez-le autour de vous et invitez vos contacts à s'abonner !

Je m'inscris à la newsletter



À très bientôt,
Thomas Rolin
Ressources & Déploiement

Votre feedback est précieux !

Répondez à ce mail, posez vos questions (ex: "Quel est le meilleur moment pour commencer cette formation ?" ou "Quels outils sont les plus efficaces en PNL ?"), ou venez échanger sur mes réseaux sociaux :



Ressources & Déploiement - Thomas Rolin

 5 boulevard Philippon, 13004 Marseille

Cet email a été envoyé à {{contact.EMAIL}}
Vous l'avez reçu car vous êtes inscrit à notre newsletter.

[Se désinscrire](#)

