

# MOBILISER SON ÉTAT D'EXCELLENCE

L'état d'excellence est un état de performance optimal utile dans de nombreuses circonstances tant dans la sphère professionnelle que privée. Il permet de ressentir intensément un état très positif comme l'énergie, l'enthousiasme, la confiance en soi, le charisme, le lâcher prise...

## Programme de la formation

- Avoir présent ce à quoi on touche - Pyramide des besoins
- Les émotions de colère, de peur, de tristesse, leur besoin correspondant et comment y répondre
- Déterminer l'état d'excellence dans lequel on souhaite se trouver
- Les notions de ressource et d'ancrage
- Application du protocole en ateliers
- Pont vers le futur (application à des contextes à venir)

**Formateur** : Cathy VANHOORDE – consultant-coach des dirigeants, Maître-praticien en PNL certifié NLPNL, dirigeant d'entreprise

**Durée** : 1 jour (**6 heures**)

**Lieu** : en vos locaux

**Public** : groupe de 6 à 10 personnes

**Prérequis** : aucun

**Prix** : sur devis