



# Espace Bio-Energie & Mieux-Etre

ACCUEIL

MEMOIRE CELLULAIRE

MASSAGE

ENERGETIQUE

COACHING

INFOS-TARIFS-LIENS

CONTACT



## COACHING

"Customer Testimonial here ...."

### Coaching Ludico-Créatif

*Le jeu comme outil de développement personnel, tout en permettant de développer la créativité et l'imagination!*



#### De quoi s'agit-il ?

Vous vivez une problématique familiale ou professionnelle ? Vous vous posez des questions à propos d'un projet ? Vous vivez une difficulté individuelle ou en groupe ?

Avec le Coaching ludico-créatif vous apprendrez à jouer avec, à dédramatiser, prendre du recul et observer concrètement vos questions.

Vous voulez mettre à jour des influences sous-jacentes dans un champ systémique donné, identifier et lever des blocages ?

Le Coaching ludico-créatif vous aidera à conscientiser ces influences, leur donner une traduction concrète et ainsi permettre de mieux cerner ce qui pose problème pour mieux vous offrir des solutions.

Vous désirez vous reconnecter au plaisir de jouer ? Développer votre imaginaire et votre créativité ? Vous sentir mieux et développer vos capacités à vous ancrer et à conduire votre vie ?

Alors le coaching ludico-créatif est fait pour vous !

#### Pourquoi le jeu ?

Le monde intérieur des enfants s'exprime librement par le jeu, en étant dans l'instant présent, dans le concret, en se déconnectant momentanément



### Coaching d'Evolution Personnelle

*Connaissance et compréhension du comportement fondamental de chacun.*



#### De quoi s'agit-il ?

L'ennéagramme, étude de plusieurs siècles, est une cartographie qui décrit neuf profils de personnalité, correspondant aux besoins profonds de chacun.

L'ennéagramme permet de conscientiser :

- les peurs
- les valeurs et croyances limitantes
- les interdictions de faire et d'être
- les interférences de l'héritage psychogénéalogique
- les attentes inconscientes sur autrui

et ce, grâce à une matrice de compréhension des :

- 9 intelligences innées
- 9 qualités de l'Etre (savoir-faire & savoir-être)
- 9 champs d'expérience de vie / projets
- 9 peurs innées, réactions et besoins de l'égo
- 9 profils de personnalité de l'Humain

#### Pour quoi ?

Il permet de :

- mieux se connaître
- apporte une meilleure communication avec soi-même et l'entourage
- traverser un passage difficile, en comprenant son sens et en le transformant en un événement constructif, source d'une nouvelle étape de son évolution
- exprimer ses besoins et émotions
- développer également la capacité à faire des choix, à s'affirmer sans conflit
- à considérer la vie d'un point de vue

des contraintes du quotidien, et en se faisant plaisir. Par le jeu, ils apprennent, grandissent et se structurent. Le jeu comme un environnement sans règles fixes, sans tabou, et sans contraintes.

Des recherches ont notamment clairement démontré que nul n'est jamais aussi créatif et imaginatif que lorsqu'il joue. D'où l'idée d'offrir à tout un chacun ce même espace de liberté dans un cadre donné de développement personnel.

Le coaching ludico-créatif vise autant à réhabiliter le jeu et l'imagination dans le monde des adultes qu'à l'utiliser comme outil de développement personnel, afin de retrouver ses racines, réhabiliter sa légende personnelle, et ce au rythme de chacun.



### Comment ?

A partir d'un questionnement ou d'une problématique, la personne construira une représentation en 3 dimensions en se basant sur « l'image intérieure » qu'elle a de la situation. Pour se faire, dans un premier temps, elle positionnera et mettra en place dans un espace donné les différents éléments selon son inspiration.

Il est en effet beaucoup plus facile de comprendre une situation complexe représentée d'une manière concrète plutôt que d'un point de vue strictement mental, c'est-à-dire en premier lieu abstrait. En effet, ici nous sommes appelés à l'exprimer avec nos mains, c'est-à-dire clairement, tout en étant concis, précis, et tangible.

Dans ce but, le sujet disposera de plusieurs jeux et jouets d'enfants, de figurines et de différentes matières et structures (plastiques, minéraux, papier, verre, tissus, fils, pâte à modeler, peinture) etc...



### Avec quoi ?

Ainsi, à travers des jeux de rôle, et des métaphores concrètes, qui sont des langages symboliques extrêmement efficaces, la personne aura une vision claire de la situation et pourra avoir prise sur de nouvelles possibilités, d'autres perspectives, et ainsi sortir la problématique.

Grâce aux informations ainsi visibles et accessibles, s'en suivra un questionnement, des suggestions de déplacements d'un ou de plusieurs éléments, ainsi qu'un partage afin de conscientiser et de faire en sorte que ce qui était cloisonné à l'intérieur apparaisse concrètement et librement à l'extérieur; d'aller vers une « représentation ou image-solution » rétablissant l'équilibre.

En fin de séance, le système ou la situation présentera un ordre nouveau, avec des répercussions favorables sur la situation de la personne demandante.

plus large.



### Unifier l'Etre et l'Humain

Il peut être complété par une technique spécifique et performante de coaching de connaissance globale basée sur une utilisation judicieuse des outils de la PNL (Programmation Neuro-Linguistique) afin d'unifier l'Etre et l'Humain.

#### L'ETRE

L'Etre, immatériel et spirituel, est une conscience, une énergie, une ressource qui nous habite.

L'Etre englobe nos corps énergétiques (le sens du soi), l'âme (le sens de sa vie) et l'esprit (le sens de la vie). Il communique avec l'Humain, par l'intermédiaire des 3 hauts sens de perception de l'intuition, à savoir : la clairvoyance, la clairaudience et la clairsensitivité. C'est notre dimension intérieure. Les données transmises par l'Etre sont claires, positives et sans jugement et apportent une compréhension simple et évidente aux questions de la vie.

#### L'HUMAIN

L'Humain, physique et psychologique, orienté sur l'extérieur, sur les autres.

L'Humain a appris à puiser les informations dont il a besoin à l'extérieur de lui par l'intermédiaire de ses 5 sens (voir, entendre, sentir, goûter, toucher) qui fournissent les informations aux 3 cerveaux : le reptilien (corporel), le limbique ou mammifère (émotionnel) et le néo-cortex (intellectuel).

Il est important pour l'Humain de reconnaître et faire le tri entre le brouhaha des voix ou des images internes qui proviennent de l'éducation (du passé) et des inquiétudes (concernant le futur) par rapport à la voix sécurisante et encourageante de l'Etre.

L'Etre propose à l'Humain diverses expériences de vie, pour lui permettre d'évoluer vers sa plus belle image, estime et réalisation de soi.

La démarche aide à conscientiser l'instant présent, et le vivre à partir de soi.

Elle aide également à vivre plus en harmonie, tant au niveau relationnel, affectif que matériel, dans la liberté d'être et de faire et non plus dans la survie (vivre dans le regard des autres).



### Comment ?

Dans un premier temps, en remplissant un questionnaire permettant de visualiser les

pourcentages relatifs et individuels des 9 différents profils.

### **L'origine de la méthode**

C'est en observant des enfants qu'est née cette nouvelle méthode de coaching ludico-créatif.

Ariane Wunderli tire son savoir d'une expérience dans l'accompagnement en développement personnel, de différentes méthodes auxquelles elle a été formée.

Ainsi que de différentes approches étudiées par le passé où le jeu, la systémique, la nécessité de s'ancrer dans la matière comme de visualiser, et la symbolique des couleurs prennent un sens dynamique et thérapeutique.



### **Témoignage sur le coaching ludico-créatif**

*Je n'ai fait qu'une séance de "ludico-coaching" mais elle fut intense et très intéressante. Cette méthode, consistant à construire physiquement la situation dans laquelle on se trouve, m'a bien permis de visualiser les conditions et de chercher des moyens à les faire évoluer. Je suis ensuite parti dans une réflexion intérieure (yeux fermés), guidée par le coach, qui a rapidement évolué dans des niveaux symboliques et a fait ressortir des éléments ou attitudes personnels profondément enfouis. La séance a duré plus de 2 heures mais il est vrai que j'avais de la peine à sortir de certains automatismes de protection et j'ai un peu tourné en rond...  
J'en garde un souvenir positif et constructif. DZ*

**ESPACE BIO-ENERGIE & MIEUX-ETRE**

**1806 St-Légier**

**+ 41 (0)76 247 04 37**