

Ce que la formation peut vous apporter

La Méthode ESPERE® (Energie Spécifique Pour une Ecologie Relationnelle Essentielle) est une méthode de communication et une approche pédagogique créée par Jacques Salomé, psychosociologue et écrivain. Elle permet d'apprendre à communiquer sainement.

Elle a pour but de favoriser une meilleure écologie relationnelle entre les êtres et de pouvoir au moins préserver, si ce n'est agrandir, la vivance de la vie en chacun et autour de soi.

Objectifs :

- o Acquérir les concepts et outils de la méthode ESPERE®
- o Etre en capacité d'utiliser de la méthode ESPERE® dans son environnement quotidien personnel ou professionnel
- o Apprendre à communiquer clairement
- o Affirmer son positionnement relationnel
- o Se responsabiliser dans les différents domaines de vie
- o Développer sa croissance personnelle

Se former en Communication Relationnelle

Les organisatrices

Sarah Richard

Massage / Soins énergétiques
Rebutage / Fleurs de Bach
Constellations familiales et systémiques
079 653 34 41

www.espace-gaia.ch

Anne-Marie Varone

Formatrice d'adultes brevetée
Coaching / Fleurs de Bach / PNL
Constellations familiales et systémiques
079 272 92 30

www.amvarone.ch

Méthode ESPERE® Formation de base 5 modules de 2 jours en 2018

9 et 10 février | 23 et 24 février | 20 et 21 avril | 18 et 19 mai | 8 et 9 juin

Animée par Lucien ESSIQUE
thérapeute, formateur et auteur
formé à la Méthode ESPERE® de
Jacques Salomé, adhérent à l'Institut
ESPERE® International.

Formateur et animateur avec une
pratique de plus de 10 ans en
constellations familiales et
systémiques.



Émerveillé par les possibles d'évolution de l'être humain. J'affirme que la vie est un chemin d'évolution et d'élévation de l'être.

La ressource essentielle de notre croissance réside dans l'amour et le respect de soi. Il est alors possible de parcourir notre existence avec acceptation et espérance.

C'est ce qui anime mon être et ce que je vous propose de découvrir.

Contenu de la formation

1. Savoir communiquer et conduire les relations humaines de façon créative
 - o Repérer le système d'incommunication ambiant et en comprendre ses origines
 - o Découvrir les postulats, les concepts et les outils de la méthode ESPERE®
 - o Développer une communication créative en appliquant des règles d'hygiène relationnelle
 - o Passer d'un mode relationnel Dominant/Dominé à une co-responsabilité au cœur de toute relation
2. Savoir se positionner dans les différentes relations personnelles et professionnelles
 - o Aborder les différentes relations et en apprécier les spécificités
 - o Être parent - Vivre en couple - Mieux communiquer en famille
 - o Découvrir les outils et repères propres à chacune de ces relations
 - o Savoir confirmer l'autre et se confronter
 - o Identifier les besoins relationnels
3. Savoir se positionner dans les différentes relations personnelles et professionnelles
 - o Les séparations et les deuils
 - o Mieux communiquer dans la relation professionnelle
 - o Mieux communiquer avec soi
 - o Savoir se positionner – Donner – demander – recevoir – refuser
 - o Être à l'écoute des blessures de l'enfance
4. Affiner son écoute, entendre les différents langages
 - o Connaître les différents niveaux de l'écoute
 - o Identifier les pièges et obstacles de l'écoute pour les éviter
 - o Mettre en place les conditions nécessaires à une bonne écoute
 - o Intégrer une démarche d'écoute des langages du corps
 - o Utiliser la visualisation externe et la symbolisation
5. Développer la responsabilisation et le respect de soi
 - o Repérer la dynamique de la victimisation
 - o Apprendre à se responsabiliser dans toute relation
 - o Identifier le réactionnel, ennemi de la communication

Profil des participant/es

Cette formation s'adresse à toute personne désireuse d'améliorer ses relations, qu'elles soient personnelles ou professionnelles. De développer une écologie relationnelle dans les différents contextes de sa vie et d'acquérir de nouveaux outils essentiels au service de son propre positionnement.

Dates

9 et 10 février 2018
23 et 24 février 2018
20 et 21 avril 2018
18 et 19 mai 2018
8 et 9 juin 2018

Horaire et lieu

9h00 - 18h00

Le lieu sera confirmé à l'inscription (Val-de-Travers)

Prix

CHF 1'900.- par personne

Matériel

Prendre avec soi un cahier (ou bloc notes), de quoi écrire

Inscription et modalités de paiement

Par téléphone ou au moyen du formulaire que vous
trouverez sur

www.enaparte.ch - info@enaparte.ch