



PRÉPARATION MENTALE &
THÉRAPIE SYSTÉMIQUE

MON ACCOMPAGNEMENT

La préparation mentale & systémique à la haute performance

Combine reprogrammation mentale, et modélisation de l'inconscient. Elle **convient comme coaching de dirigeant et de développement personnel, mais aussi comme appui thérapeutique à un suivi psychologique.**

Cette approche est centrée sur :

- La **préparation mentale** par les stratégies de réussite à la haute performance des sportifs et dirigeants
- La **Modélisation de l'inconscient** par la méthode des constellations systémiques de Bert Hellinger
- Le **traitement des blocages et la création de ressources** personnelles par des protocoles de Programmation Neuro Linguistique

Cette méthode permet de vous accompagner et vous soutenir pour transformer vos rêves, vos idées en objectifs concrets et les atteindre. Mais elle permet également de développer votre plein potentiel, libérer les blocages et émotions limitantes, améliorer vos performances, traiter certains traumatismes et addictions, augmenter votre optimisme pour accélérer l'attraction positive dans votre vie, le tout en respectant votre écologie personnelle.

TARIFS

Ne laissez pas l'argent vous empêcher de participer !

Le prix de la session est de 100€, à payer à la fin de chaque séance en espèce (les chèques ne sont plus acceptés pour cause de défaut d'approvisionnement) ou via PayPal au lien suivant : <https://www.paypal.com/ncp/payment/MNWFQP3DMHAE>

Pour demander des facilités de paiement, une réduction pour cause de faible revenu ou bien de situation délicate, veuillez me contacter sur WhatsApp. Ne laissez pas l'argent vous empêcher de participer !

Contact



✉ mb.giaime@gmail.com

☎ 06 69 90 58 43

🌐 linktr.ee/mbgiaime

QUI SUIS JE ?

Marie-Blanche Giaime

Diplômée d'un Master de coach en préparation mentale reconnu en France et certifié par l'International Coach Federation Française. Je me suis ensuite spécialisé en PNL et thérapie et constellations systémiques, à l'école franco-canadienne Psynapse en 2023. Je suis reconnue par l'International Coach Fédération, l'International Association of NLP Institute, l'International Association of Coaching Institutes, ainsi que la World Systemic Constellation Organization.

UNE SEANCE C'EST QUOI ?

ETAPE 1 – 30 MINS

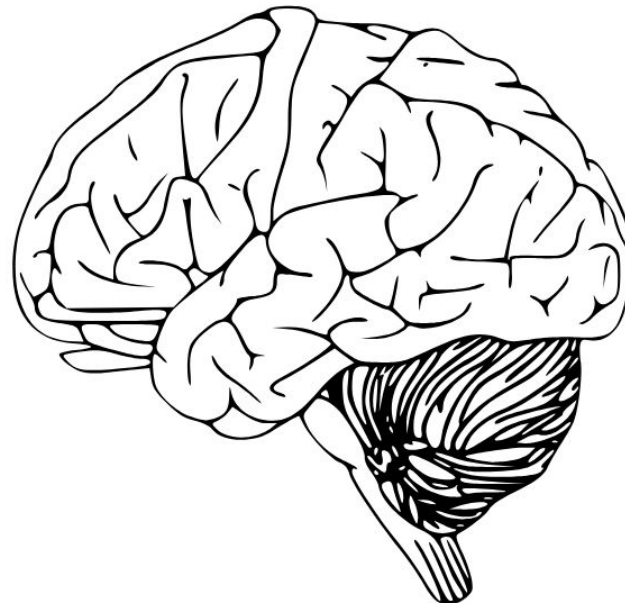
Accueil, évaluation et préparation mentale

Nous commençons par un **échange oral sur le processus d'accompagnement, suivie d'une évaluation approfondie de votre état d'esprit**. Durant cette évaluation nous définissons vos objectifs, étudions vos stratégies de réussite et d'échec, et identifions les blocages à surmonter. Cet étape est essentielle car elle me permet de comprendre vos clés d'accès cérébrale, vos processus mentaux, vos schémas de pensées et me permet de cibler l'approche la plus adapté pour la réalisation de vos objectifs.

ETAPE 2 – 60 MINS

Modélisation de l'inconscient et des blocages

Cette seconde étape vas vous permettre de **rechercher la source exacte de vos blocage, et de les soulager**. Elle utilise le modèle des constellations systémique, afin que vous modélisiez sur une feuille, avec de petits objets, une carte de votre inconscient. Durant ce processus très calme, je vais vous amener à vous poser certaines questions afin de faire évoluer cette carte. Vous pourrez ressentir la libération d'une multitude d'émotions positive et négative. Toutes formes d'expressions de ces dernières sont encouragées car elles permettent au corps d'évacuer de vieux blocages et schémas, créant ainsi de la place pour la création de nouveaux circuits mentaux.



ETAPE 3 – 30 MINS

Création de ressources personnelles

Chaque fin de échéance est clôturée par l'**ancrage de nouvelles ressources afin de propulser votre mental vers de nouveaux circuits cérébraux**. Pour cela j'utilise des protocoles de Programmation Neuro Linguistique. Ces derniers s'appuient sur la modification et l'incarnation sensorielle de souvenir et d'expérience. Ils permettent une gymnastique à votre cerveau entre envie et réalité, afin qu'il crée de nouvelles ressources et une clarté de vie remplaçant les blocages précédemment évacués.

A Savoir

Un suivi complet se compose de 3 à 5 séances de 2h d'accompagnement en fonction de vos objectifs et blocages. Je vous encourage à créer un espace dans votre journée après la séance pour une intégration plus profonde, et à laisser les intégrations systémiques se faire silencieusement dans les jours à venir, sans en parler à autrui.



