

L'Arbre de vie
en individuel



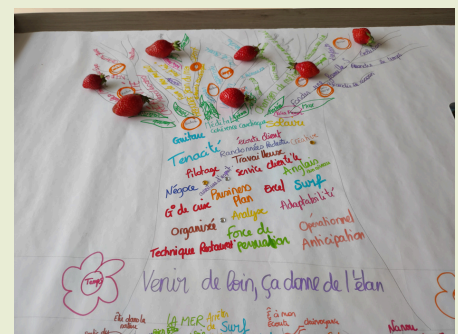
Pourquoi choisir l'Arbre de Vie ?

Dans un environnement hyper-connecté, accordez-vous une pause récréative,
inspirante et boostante !

L'Arbre de Vie est une méthodologie narrative et créative reconnue pour sa capacité à :

- Faire le point sur ses ressources
- Se reconnecter à ses compétences clés
- Faire un bilan de son histoire
- Développer sa confiance en soi
- Trouver sa voie
- Anticiper le changement en renforçant la confiance et la résilience.

Plus qu'un atelier, un levier stratégique !



L'Arbre de vie en individuel



Un moment à part :

Pourquoi le dessin ? Parce qu'il permet de lâcher prise là où les mots s'épuisent. En utilisant la métaphore de l'arbre, vous explorez votre parcours sans les barrières habituelles (écoute active, confidentialité, pas de jugement....)

On ne parle plus seulement d'objectifs, on explore vos racines (valeurs, repères...), votre tronc (compétences) et vos branches (projets). C'est un moment "hors du temps" qui vous permet d'avancer dans vos projets sans vous perdre de vue, dans le respect de soi, en puisant dans vos ressources pour cheminer avec force, énergie et sérénité.



Une pause salutaire



Dans un environnement calme et confidentiel, vous vous autorisez à vous poser durant 3 heures. Cet atelier ARBRE DE VIE peut être fait à la suite d'un coaching, d'un bilan de compétences que vous aurez fait auprès d'un-e autre consultant-e ou indépendamment de tout autre accompagnement.

Venez avec votre envie, votre motivation....je m'occupe du reste ! Les crayons, le papier sont fournis.

Laissez libre cours à votre créativité, votre lâcher-prise !



Qui suis-je ?

Nicole LE GOFF PAUGAM



Coach certifiée :



Formée et certifiée en Arbre de vie, coaching et bilans de compétences.
Dirigeante d'un organisme de formation VALAFENN CONSEILS, certifié Qualiopi.



Un parcours professionnel diversifié

Tout au long de mon parcours professionnel de 30 ans, dans le MANAGEMENT, la FORMATION et le RECRUTEMENT (Tourisme, Formation, Travail temporaire), j'ai toujours eu à cœur d'accompagner l'Humain.

Désormais coach, c'est avec curiosité, enthousiasme, passion et envie que j'accompagne mes clients dans la gestion de leur parcours de vie professionnelle ou personnelle en les aidant à mettre en lumière leur potentiel, en leur permettant de monter en compétences, en les aidant à trouver en eux-mêmes, les solutions adaptées à leurs problématiques.



Pour en savoir plus :



www.valafenn.com



06 77 22 84 14



contact@valafenn.com



Valafenn
CONSEILS