



Coaching de libération de croyances Psych-K®

Principe

Cette technique simple, non intrusive et rapide permet de **reprogrammer vos croyances limitantes en nouvelles croyances** qui vous permettent de **vous créer une réalité plus positive**. PSYCH-K® est également connu sous le nom de « kinésiologie psychologique », elle repose sur les principes de la PNL (Programmation Neuro-Linguistique) et de la kinésiologie.

Les études récentes montrent que l'influence de nos pensées est supérieure à celles de notre environnement et notre alimentation : nos pensées négatives ont un impact négatif sur notre bien-être et notre santé.

95% de l'activité de notre cerveau relève de notre inconscient !

Voilà pourquoi il est important d'accéder à notre inconscient pour modifier nos habitudes de penser et d'action en profondeur. PSYCH-K® fait un lien direct entre notre conscient et notre inconscient.

Ce qui permet des résultats rapides et durables. Ainsi vous **redevenez acteur** de vos actions, vos relations, votre stress, vos peurs et le déroulement de votre vie.

Nous sommes ce que nous pensons être.

Indications

- Vous vous sentez bloqué(e) par des idées que vous avez en tête.
- Vous ne parvenez pas à vous défaire de croyances issues de votre éducation ?
- Vous êtes persuadé(e) mentalement de quelque chose, mais vous ne réussissez pas à l'intégrer et mettre en œuvre les actions qui vont avec ?

Nos croyances soutiennent notre bon développement durant un certain temps. Il arrive régulièrement que certaines d'entre elles deviennent obsolètes. Elles nuisent alors à notre évolution en devenant des barrières mentales que nous seul pouvons ouvrir en allant les déloger à la racine.

Exemples : « je ne suis pas capable », « je ne suis pas légitime », « rien ne marche jamais pour moi », « il ne faut pas faire confiance », « la vie est une lutte », ou encore « je ne suis pas aimé(e) » ...

Bénéfices

Les changements engendrés sont profonds et peuvent s'appliquer à de nombreux domaines de votre vie :

- Restaurer votre estime de soi
- Remplacer vos stress, peurs et phobies par de la paix
- Réaliser vos objectifs, vos projets
- Accélérer votre développement
- Ouvrir vos opportunités professionnelles
- Développer les relations que vous désirez et méritez



Pour faire de votre esprit, votre allié !



Modalités

Le coaché est assis sur une chaise, ou allongé et demeure conscient durant l'ensemble de la séance.

La séance individuelle dure environ 1h00 (la 1^{ère} environ 1h30). Elle se décline en plusieurs étapes :

- **clarification de votre besoin** : présentation de votre ou vos problématiques
- **pré-test** : vérification du besoin inconscient de travailler le sujet
- **équilibre** : intégration de la nouvelle croyance
- **post-test** : vérification de la résolution du sujet

Durant l'étape d'équilibration, nous installons un état de « cerveau unifié » qui libère la résistance au changement et facilite l'adoption de la nouvelle croyance que vous avez choisi.

Le facilitateur PSYCH-K® vous accompagne pour réaliser ce changement de croyance en respectant parfaitement votre intégrité. Cette méthode est dite « écologique ». Si un sujet ne peut être travaillé, nous le constaterons ensemble. Vous êtes acteur du processus tout au long de la séance !

Facilitatrice PSYCH-K® certifiée depuis 2015 je développe un accompagnement qui vise l'équilibre de la personne dans ses différentes dimensions. J'utilise des méthodes qui mettent la personne au cœur des séances et qui sont non-intrusives.

Je suis également psychologue spécialisée en psychologie cognitive, diplômée en psychologie du travail, Coach mBraining et facilitatrice d'éveil de la Conscience par le corps (méthode ATB).

Origines & remerciements

La méthode PSYCH-K® a été conçue par Rob Williams, dans la lignée des travaux d'épigénétique de Bruce Lipton (livre « La biologie des croyances »). Ces travaux démontrent que nos croyances ont un impact physiologique sur notre bien-être et notre santé.

« PSYCH-K® est un ensemble de techniques simples pour changer les croyances et perceptions qui impactent votre vie à un niveau cellulaire. » Bruce Lipton, fondateur de la méthode.

Un très GRAND MERCI à Victoire Slakey auprès de qui je me suis formée. Victoire a eu l'audace, le courage et la patience d'introduire de nouvelles méthodes venues d'outre Atlantique jusqu'ici en France. Merci à son engagement dans la vision d'un Homme et d'un Monde meilleur que nous partageons.



Eveil de Conscience & coaching d'émergence de Soi
Particuliers, écoles et entreprises.

Consultation en cabinet : 3 Rue des Chênes à Lannion, sur rendez-vous
breizhconscience@orange.fr - 06.75.84.75.58
www.breizhconscience.fr - Facebook : Breizh Conscience