

Conférence : dirigeants et managers, travailler sereinement avec ses émotions, c'est possible et libérateur !

Conférencier : Philippe Claessen

Contexte

Les émotions sont au cœur de nos vies, professionnelle, personnelle, familiale, sportive... Elles sont partout ! Pas une journée sans en ressentir leurs effets, qu'elles soient agréables ou... désagréables !

La joie est notre vraie nature, nous sentir comblés, être dans un état de satisfaction, de bien-être et de plénitude. Pourtant, cet état de joie naturelle est altéré quand d'autres émotions apparaissent en excès : peurs, emportement, irritabilité, agressivité, stress ...

Ces perturbations émotionnelles s'invitent sans prévenir et deviennent très envahissantes au point de prendre le pouvoir. Comment réussir à être maître de sa vie dans ces conditions ? Naturellement, nous allons chercher à lutter contre ces émotions désagréables, à les contrôler, à les gérer, à les maîtriser voire à les nier.

Et si, nous décidions plutôt de leur accorder toute notre attention pour nous en libérer ? Et si, nous osions emprunter un autre chemin ? « *La folie, c'est de faire toujours la même chose et de s'attendre à un résultat différent* » disait Albert Einstein.

Programme

- Introduction et lancement.
- Qu'est-ce qu'une perturbation émotionnelle ? D'où ça vient ?
- Les 4 comportements habituels pour y faire face.
- Les conséquences pour notre vie et notre santé.
- A la découverte de la méthode Alpé pour se libérer de ses perturbations émotionnelles.
- Attention, un petit « diable » veille pour vous empêcher de vous aventurer.
- Conclusion : osez rêver d'une vie professionnelle débarrassée de perturbations émotionnelles.

Objectif

A l'issue de la conférence, le participant sera en mesure de :

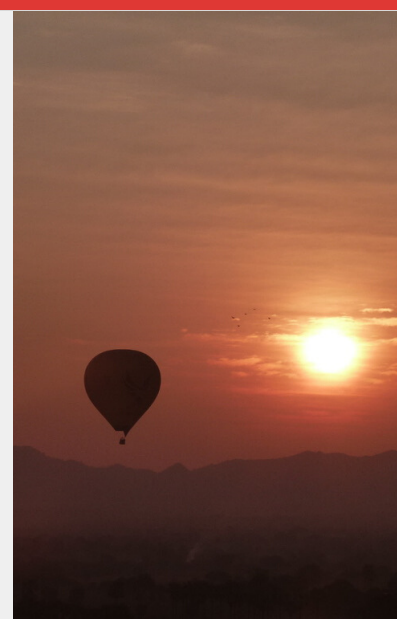
- prendre conscience de ses propres perturbations émotionnelles, de leurs impacts sur sa vie,
- identifier les freins qui empêchent de s'engager sur son chemin de libération,
- s'en libérer rapidement grâce à une ressource interne et l'application de la méthode Alpé

Conférencier

Au cours de ses expériences professionnelles (dont DRH pendant 20 ans au sein de grands groupes/ETI), Philippe Claessen mesure combien ses émotions (surtout désagréables) impactent la qualité de ses relations au travail et son efficacité professionnelle. Que faire pour y remédier ?

C'est une praticienne en libération émotionnelle qui lui apporte la solution. En déplacement professionnel, Philippe Claessen rencontre cette personne à deux reprises dans la même journée. Une synchronicité qui change sa vie ! En effet, Philippe Claessen expérimente la méthode, constate ses multiples et rapides bénéfices, et réalise qu'il est possible de vivre une vie professionnelle (et privée) plus équilibrée, plus sereine.

Une vie tellement porteuse de sens, que lors d'une retraite au Gabon, Philippe Claessen décide d'œuvrer pour la diffusion de cette méthode de libération émotionnelle. Il devient son ambassadeur, avec une attention particulière pour les cadres dirigeants, managers, salariés subissant des tensions au quotidien. Il souhaite tellement que les émotions soient un levier de transformation positive et durable universel, qu'il crée le réseau Viesae, avec 3 autres praticiens. A ce jour, Philippe Claessen transmet la méthode Alpé sous forme d'accompagnement individuel, de formations et de conférences et fait... des heureux.



info pratiques

présentielle : 1h/1h30

webinar : 45min/1h

tarif sur demande



Contact



caroline.delamardiere@as2trèfle.com
06 23 16 11 31
<https://as2trèfle.net>