

ACCUEILLIR ET ACCOMPAGNER MENTALEMENT UNE PERSONNE STRESSÉE





Florian



Florian BOURDON

MENTOR 5.3 DEPUIS 2022

Praticien P.N.L

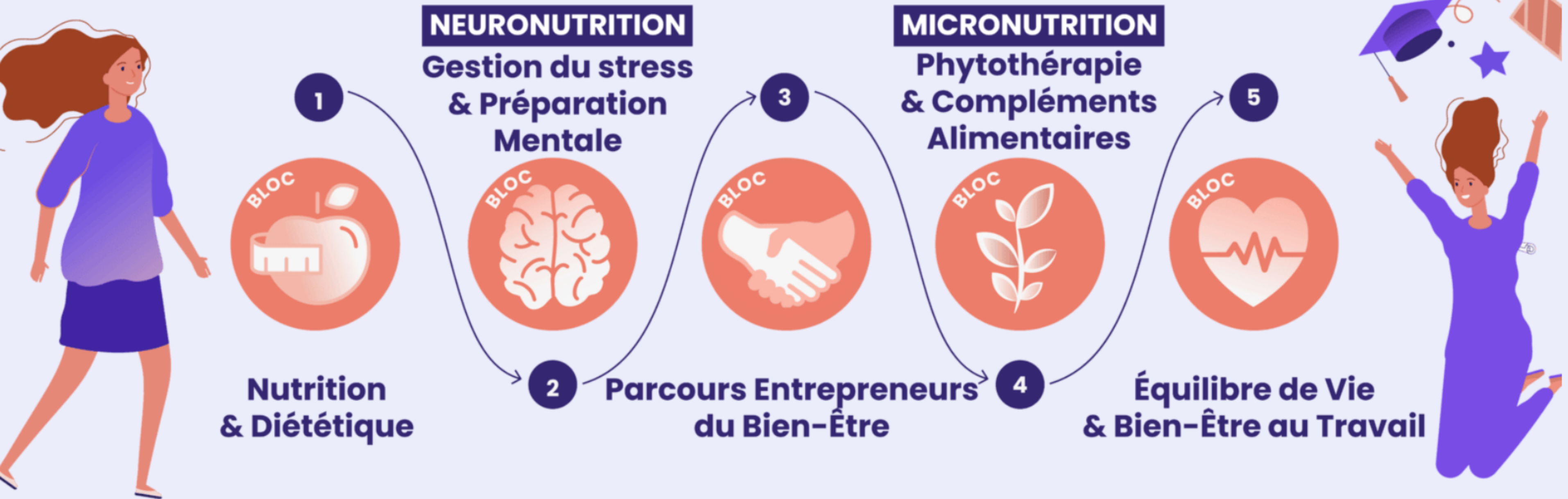
SPÉCIALISÉE EN :

- GESTION DU STRESS
- GESTION DES TRAUMATISMES
- BLOCAGES INCONSCIENTS À LA PERTE DE POIDS
- PRÉPARATION MENTALE

ACCOMPAGNE LES ENTREPRENEURS
ET RECONVERSION À DÉPASSER LEURS
BLOCAGES.

PASSIONNÉ DE NEUROSCIENCES ET
PROFONDÉMENT AMOUREUX DE
L'HUMAIN

LES 5 BLOCS DU PARCOURS NUTRITION PLEINE-SANTÉ



Vos Rendez-vous & Outils

☐ Afficher/masquer tout

☐ Nutrition ☒ Neuro-Nutrition ☐ Micro-Nutrition ☐ Entrepreneur ☐ GymWaouw & Bonus 5.3 ☒ ★ Ateliers Dr Yann Rougier

☐ BTS Diététique Accompagnement 5.3 ☐ Réseaux des élèves 5.3 ☐ Infirmières & Soignants ☐ QVBET

Semaine prochaine

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
2	3	4	5	6	7	8
12h45 – 13h45 👤 La Conférence du Dr Yann Rougier	12h45 – 13h45 🧠 Neuro & Stress Mardi 13h Atelier Compétences			12h30 – 13h30 🧠 Exercices pratiques – Neuro & Stress		
	18h30 – 19h15 ★ 👤 MicroNutrition & Phyto Atelier Questions Réponses avec Dr Yann Rougier ?					
	18h30 – 19h15 🧠 Neuro & Stress -- Atelier Questions Réponses ?					

L'équipe



Dr Y. Rougier

Créateur des formations 5.3
Médecin spécialiste
Passionné de neurosciences
Préparateurs d'athlètes de
haut niveau



Clotilde Poivilliers

Formatrice en gestion du
stress, de la douleur et des
TMS
Thérapeute psychocorporel,
shiatsu
Autrice et conférencière



Fabrice Boutain

Fondateur de l'Ecole 5.3
Entrepreneur
Athlète de haut niveau
Passionnée de Nutrition,
Sport et Santé

Les 3 missions du Conseiller Nutrition Pleine Santé 5.3

3

ACCOMPAGNER VERS UNE TRANSFORMATION

FIXER ET SUIVRE LES OBJECTIFS #Cinq3

GUIDER VERS LA PLEINE SANTÉ

AVEC LES 5 FACTEURS DU VIVANT

FAIRE VIVRE UNE EXPÉRIENCE UNIQUE

AVEC SUIVI ULTRA PERSONNALISÉ 24H24
ET DES PARTENAIRES PLURIDISCIPLINAIRES

Module 4 : Accompagner en pleine présence



V1.5 Module 4.1 - Accueillir en pleine présence



Dans les modules 4 et 5 de cette formation, votre formateur Dr Yann Rougier va se tenir à vos côtés pour vous aider à transmettre...

15



V1.5 Module 4.2 - Les 5 facteurs du vivant et le bilan ple...

Ce second cours du module 4 est essentiel pour votre future pratique. Il aborde en détail trois notions qui vont vous...

16



V1.5 Module 4.3 - Accueillir et conseiller

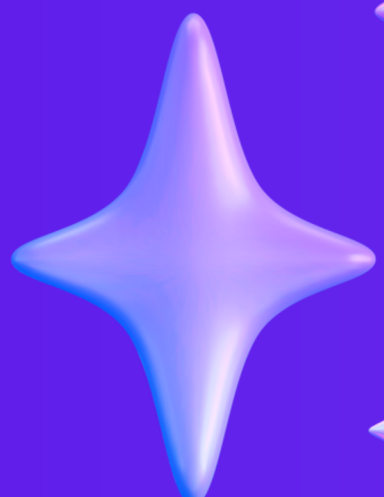
Ce cours numéro 3 est une mine d'or pour vous mettre en situation de Conseiller en phytothérapie et micronutritionn. Il...

17



V1.5 Module 4 - Test de connaissances

Nous espérons que ce quatrième module de votre formation, axé sur l'accueil et le conseil de vos futurs clients, vous a permis de...



AGENDA

12H45 • Le Briefing

13H00 • Mind Map & Cas pratique

13H40 • Le Débrief en 3 minutes
• Les devoirs du week-end avec votre groupe

CAS PRATIQUE

MR SYLVESTRE



Mr Sylvestre a perdu son épouse il y a 6 mois, il n'arrive pas à retrouver son énergie. La solitude lui pèse beaucoup. Il se sent perdu, bien qu'il essaie de mettre en place des activités.

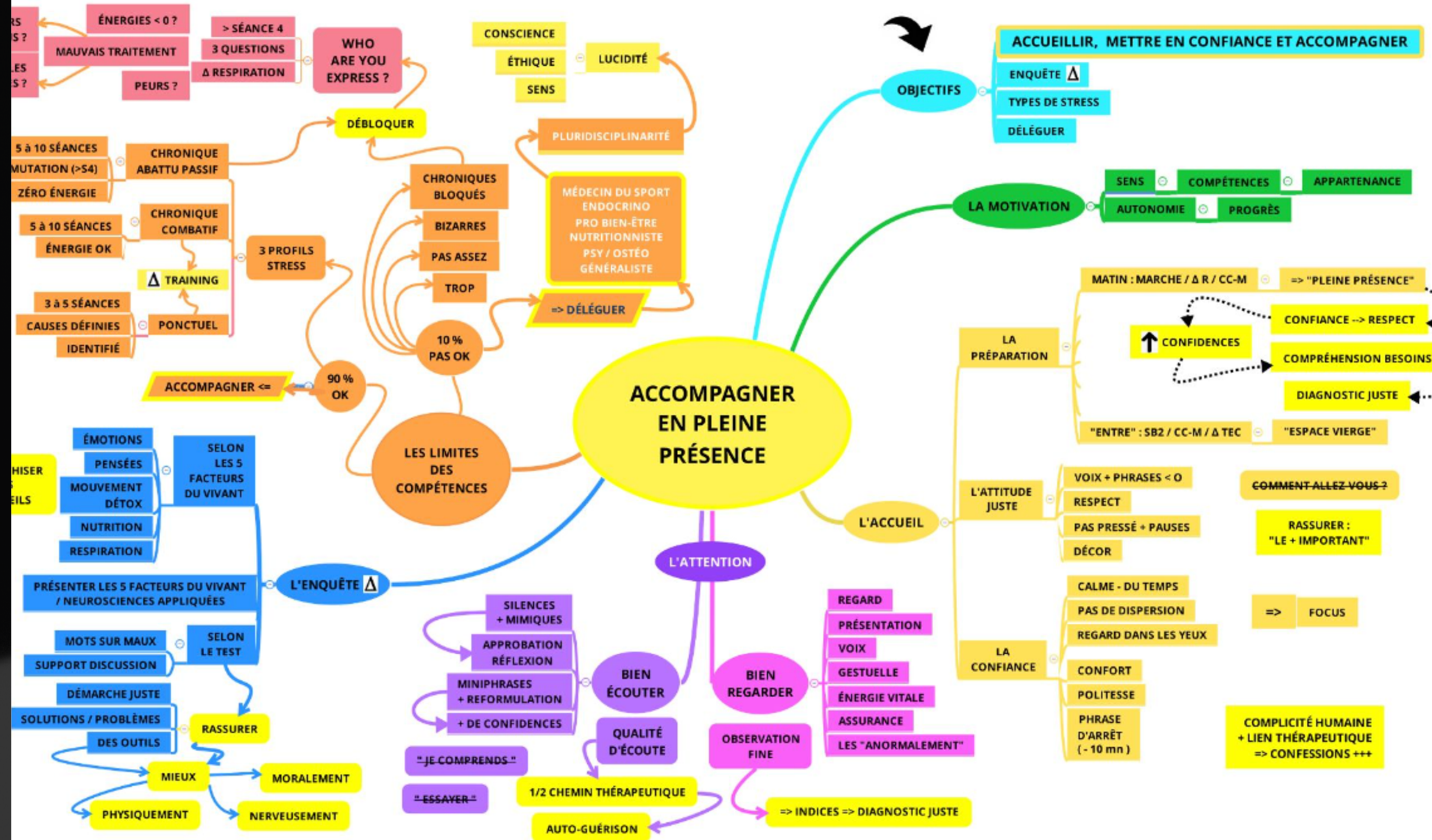
Il a aussi pris du poids.

Il souhaite être soutenu et accompagné pour retrouver un équilibre de vie.

Il souhaite :

- Être soutenu et accompagné pour retrouver un équilibre de vie**
- Perdre du poids et retrouver de l'énergie**

MODULE 4



SONDAGE N°1

Il vous partage son inquiétude avant l'entretien d'aujourd'hui

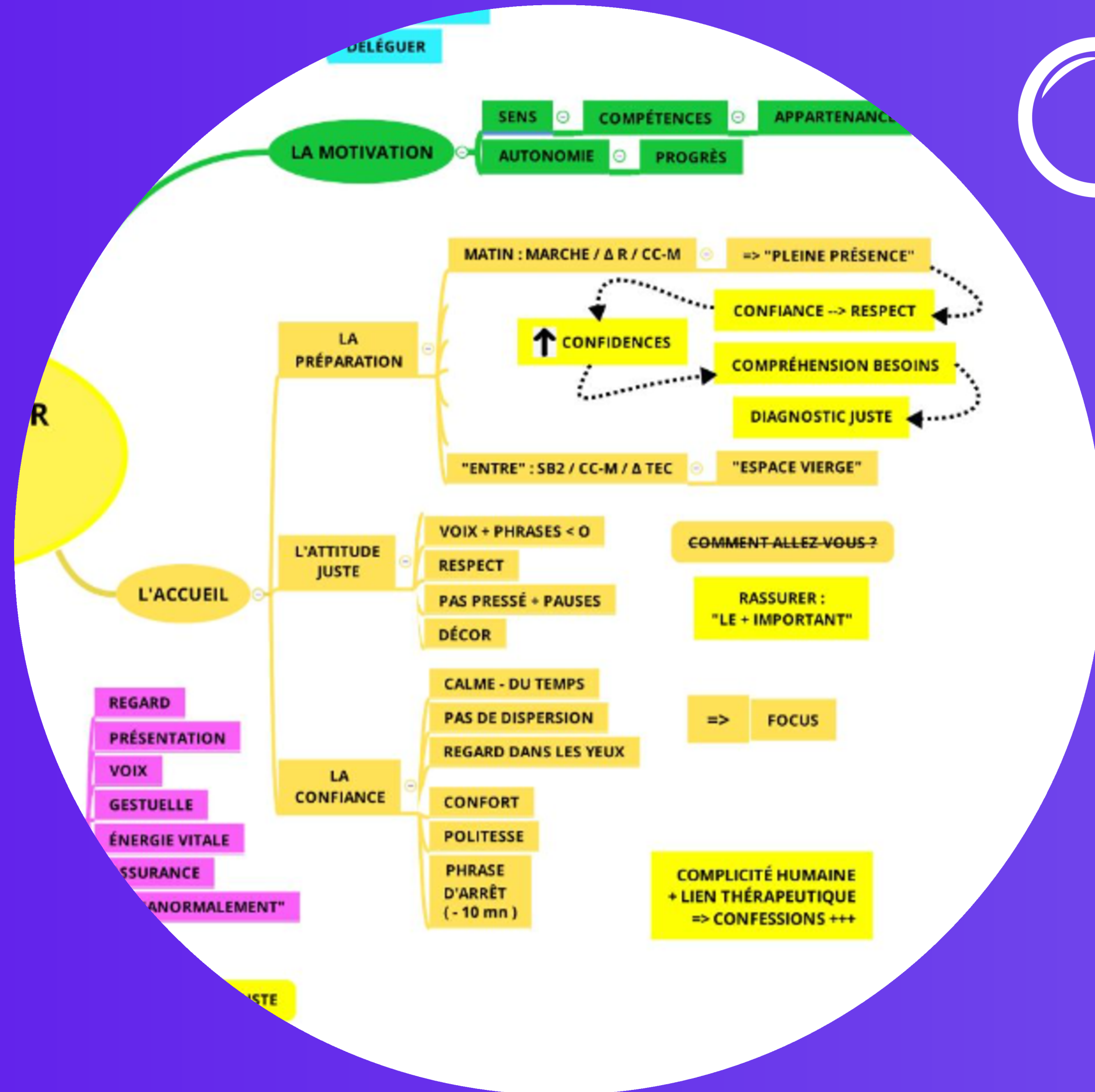
SONDAGE

**COMMENT VOUS PRÉPAREZ VOUS À
L'ACCUEILLIR ?**

SONDAGE

COMMENT VOUS PRÉPAREZ VOUS À L'ACCUEILLIR ?

**En vous mettant en pleine présence, avec une delta
respiration**



ACCUEILLIR EN PLEINE PRÉSENCE



La pleine présence vous permet de générer de la confiance. Cette confiance conduira naturellement la personne souffrante à se confier plus librement. Grâce à votre qualité d'écoute, vous pourrez alors établir un excellent diagnostic.

Pour bien commencer la journée



15 min de marche
(mouvement)



5 min de
Delta-respiration



5 min de Cohérence
cardiaque mantra

*"Plus j'inspire, mieux je conseille,
plus j'expire, mieux je conseille"*



SONDAGE N°2

Il a du mal à vous dire pourquoi il se sent mal
SONDAGE

**COMMENT ALLEZ-VOUS MENER VOTRE
ENQUÊTE ?**

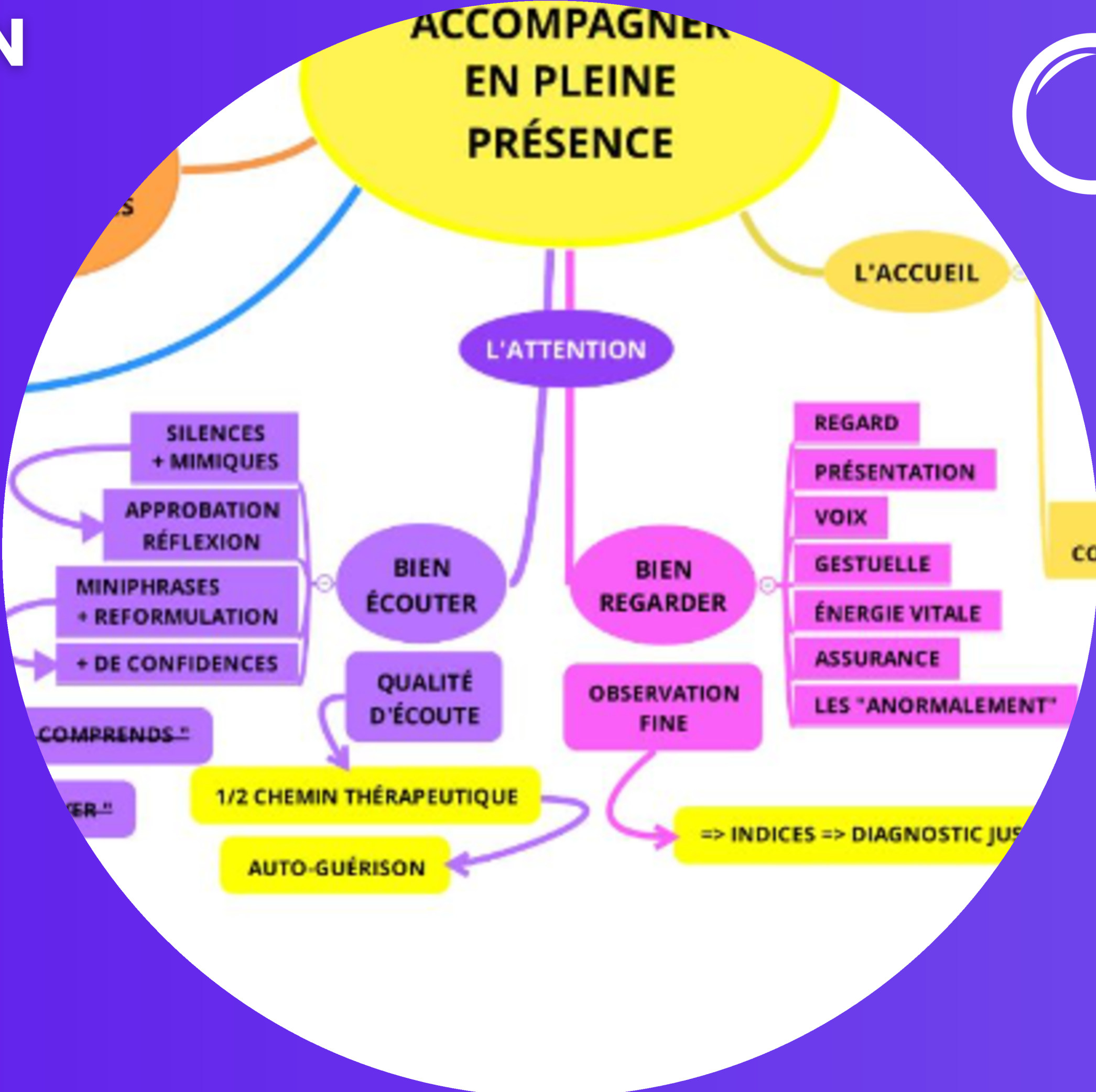
SONDAGE

COMMENT ALLEZ-VOUS MENER VOTRE ENQUÊTE ?

En observant

En posant des questions

L'ATTENTION



L'ÉCOUTE

L'importance des silences



Silence Respectueux

On ne coupe jamais la parole



Silence de réflexion

On fait une pause de silence de temps en temps



Silence avec approbation

On hoche la tête en quittant le regard pendant un instant

Les conseils pratiques



Les relances

« Si j'ai bien compris... »
ou « Vous pourriez me préciser... »



Les solutions

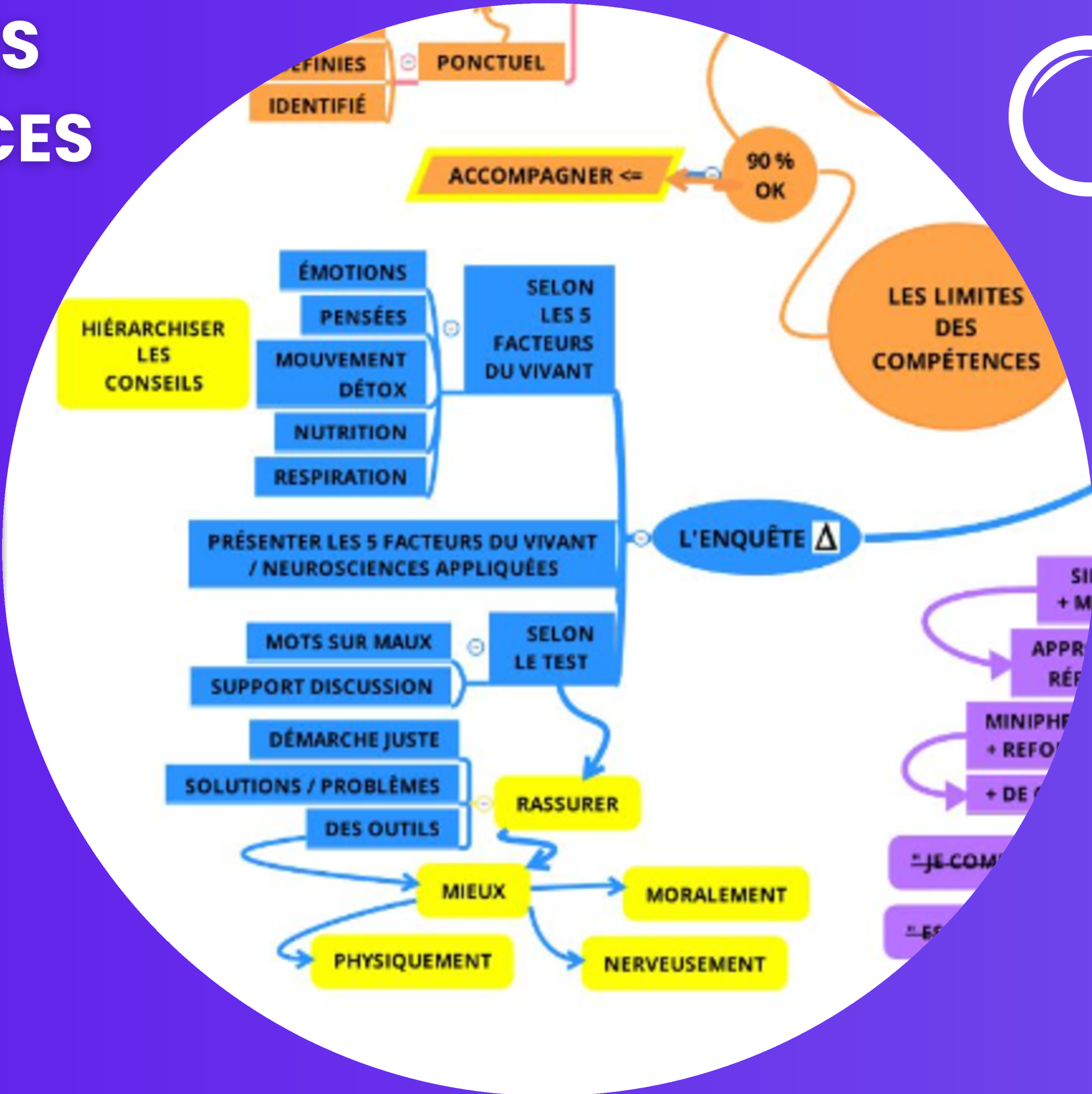
« Je peux vous aider... »



Les erreurs à éviter

On ne note rien pendant les 15 premières minutes et on ne dit jamais
« Je comprends... »

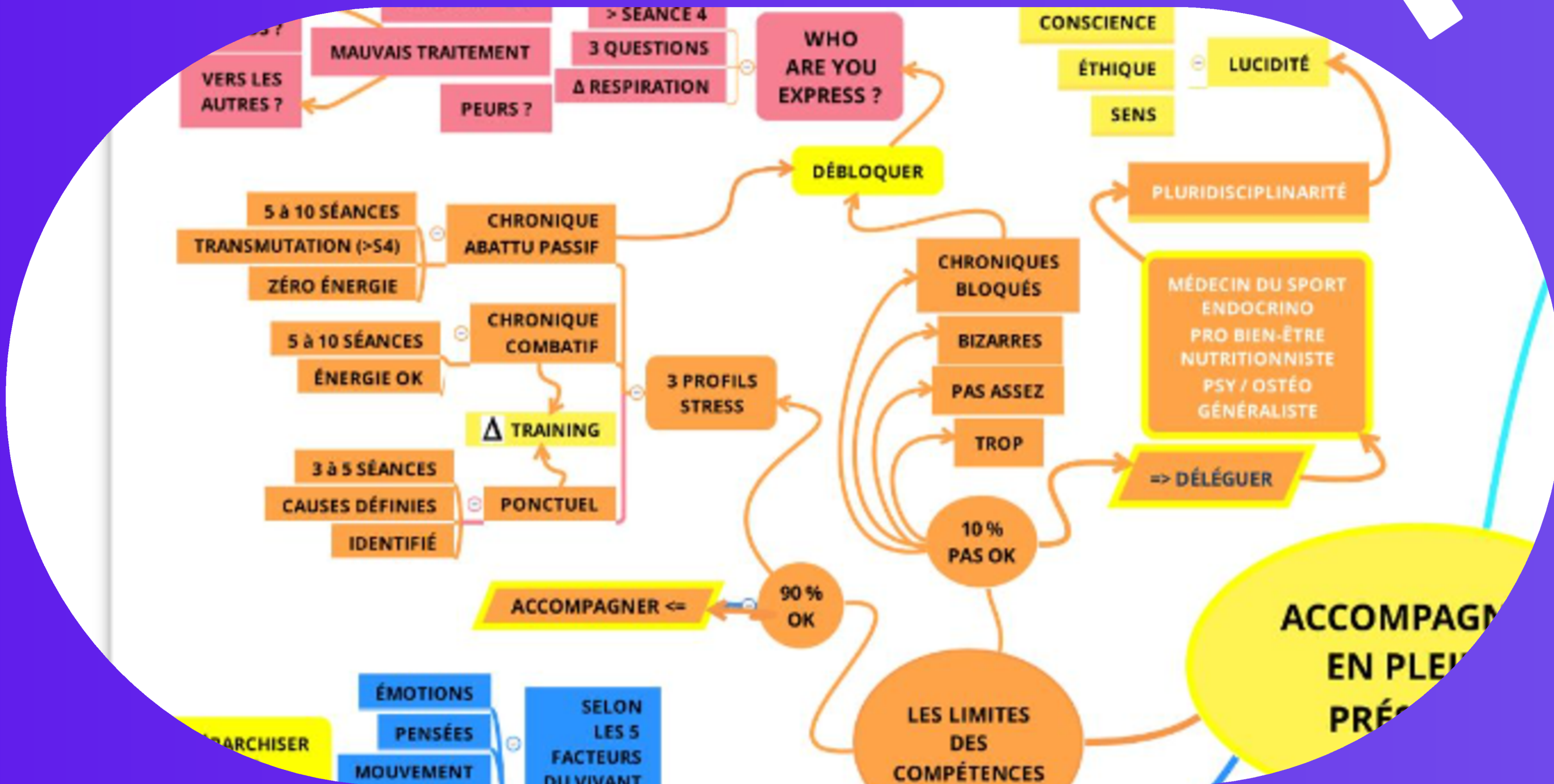
LA LIMITE DES COMPÉTENCES



SONDAGE N°3

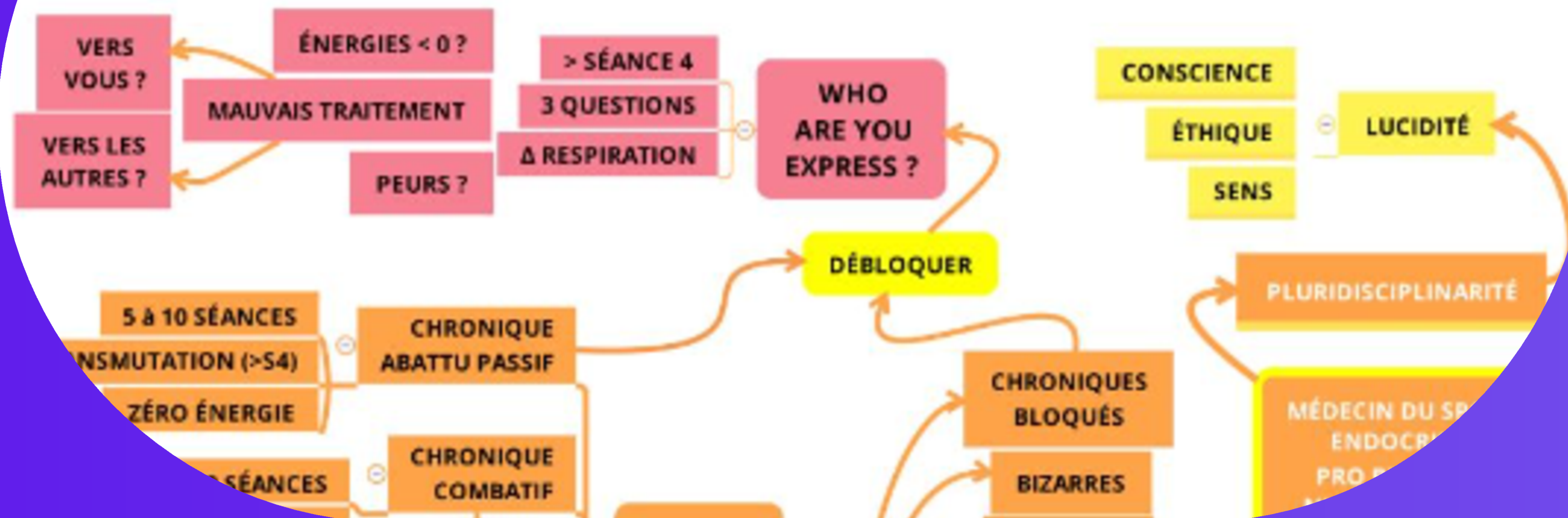
Il commence à pleurer lorsqu'il vous parle de ce qu'il a subi

**QUE FAITES-VOUS DANS CE CAS PRÉCIS, EN
TANT QUE CONSEILLER PLEINE SANTÉ ?**

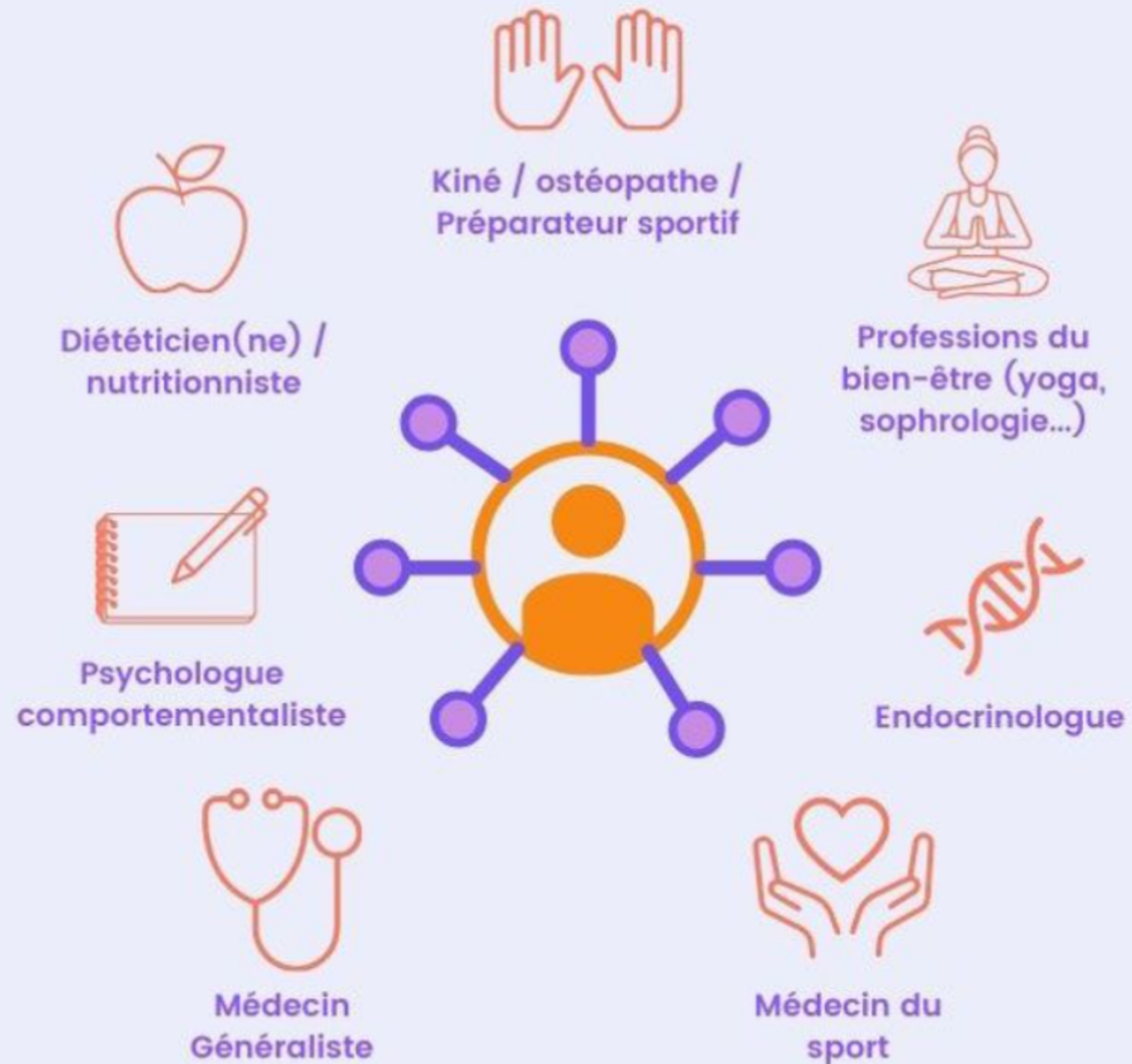




Mind Map CLOTILDE POIVILLIERS - www.shiatsuthema.com



DÉLÉGUER



MODULE 4

