



Family & Life, Enterprise Coaching
Communication - Relation humaine - Enfance et famille



OÂ
Coaching

A qui s'adresse cet atelier ? A ceux qui...

Ce qui fait la particularité de cet atelier de coaching couple, c'est que Bénédicte vous apprend à vous mettre en lien avec votre moi intérieur, avec la vie, avec les autres et avec le monde, par l'approche de la créativité des cinq sens.

Elle vous révèle vos richesses intérieures pour améliorer votre communication, vos relations et votre bien-être au quotidien.

Ses outils sont simples à utiliser et vous permettent de réussir concrètement à améliorer votre vie et à lui donner tout son sens.

C'est une façon d'optimiser votre potentiel, en respectant vos valeurs humaines essentielles.

- Veulent apprendre l'art de vivre en couple
- Ont le désir d'amélioration, d'harmonisation, de renaissance
- Veulent rebondir face aux crises de la relation
- Désirent s'unir, se marier, fonder un couple ou un nouveau couple sur une relation compatible et durable
- Veulent clarifier l'identité et le projet de vie de leur couple, renforcer ses points forts, créer l'équilibre nécessaire
- Désirent traverser ensemble les étapes et changements : naissance, mutation, maladie, deuil, retraite...
- Sont en difficulté, au bord de la rupture, et qui veulent s'offrir l'opportunité de lancer une nouvelle dynamique de couple
- Souhaitent se séparer de manière acceptable, dans la paix et le respect



OÂ

14 rue du Salève
F-74160 St Julien en Ge
+33 6 20 75 23 48

OÂ

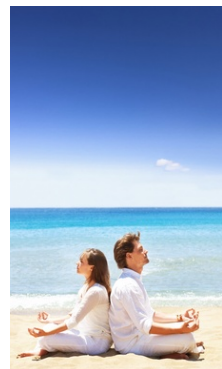
5 Ch des Crêts-de-Champel
CH-1206 Genève
+41 79 261 21 15

info@oacoaching.com
www.oacoaching.com

OÂ

S'épanouir et créer un art de vivre en couple !

Atelier Couple

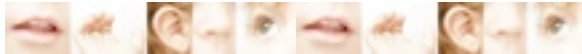
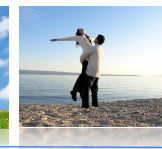
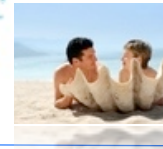


www.oacoaching.com

OÂ

La communication au cœur de la relation...

Epanouir son couple !



Le couple bénéficie d'un dialogue et d'une écoute attentive, qui tient compte de son identité propre, liée à son histoire, son rythme, ses ressources, sa vulnérabilité, ses conflits, ses valeurs, ses espérances, sa dimension unique. Les outils sont adaptés à l'objectif à atteindre.

Harmoniser

Améliorer

Renâître

Dynamiser

Comprendre

Construire



Cette démarche n'est pas une psychothérapie, mais un accompagnement de la relation de couple destiné à ouvrir de nouvelles perspectives

Dynamiser son couple



- Vivre une relation joyeuse et harmonieuse, fondée sur des intérêts partagés et un amour passionné
- Insuffler une nouvelle passion dans la relation existante
- retrouver son côté enjoué et prendre le temps d'entretenir des rapports mutuels aimants et joyeux

Communiquer

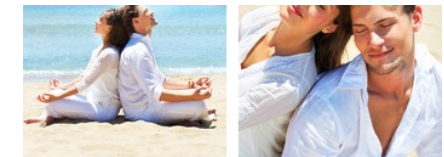


- Développer une meilleure écoute et communication relationnelle
- Verbaliser ses émotions et ses sentiments, exprimer ses besoins, et savoir dire non
- Apprendre à se positionner pour un meilleur équilibre entre donner et recevoir
- Travailler la gestion de conflit et la compréhension du partenaire

Tracer son chemin



- Avoir le temps et l'énergie de mener à bien le projet de vie de son couple, renforcer ses points forts et créer l'équilibre nécessaire
- Délimiter sa place et ses frontières face au monde extérieur : tâches quotidiennes, travail et loisirs, enfants, parents et amis.
- Traverser ensemble les étapes et les changements pacifiquement



Le couple trouve en atelier un espace d'accueil, d'écoute et de libre parole



Accompagnement de la famille



OÂ tél. +33 6 20 75 23 48
+41 79 262 21 15
info@oacoaching.com
www.oacoaching.com