

Masterclass

*Soyez Inspiré et
inspirant*

Le Programme

2021

www.lyndapause.fr

*Lynda Pause **

MASTERCLASS

Soyez inspiré et inspirant

Ce que je propose dans cette Masterclass de 6 jours :

Un programme conçu pour les personnes désireuses d'avoir des clefs essentielles pour développer tout leur potentiel quelque soit le domaine de vie :

Professionnel, Personnel, Relationnel, Financier

Une approche de coaching alliant le développement personnel et professionnel, La PNL, la psychologie et l'art thérapie.

Inspirée aussi, par les différentes thérapies que j'ai pu aborder.

Un programme complet, innovant et inspirant pour développer son approche à la vie, son savoir, son développement personnel et ainsi être plus performant et efficace, plus aligné avec ses besoins, améliorer son accompagnement envers l'autre.

Inspirez vous et les autres
et développez votre Lead avec des outils efficaces !

Lynda Pausé *

MASTERCLASS

Soyez inspiré et inspirant

Cette formation est pour vous :

- Thérapeutes

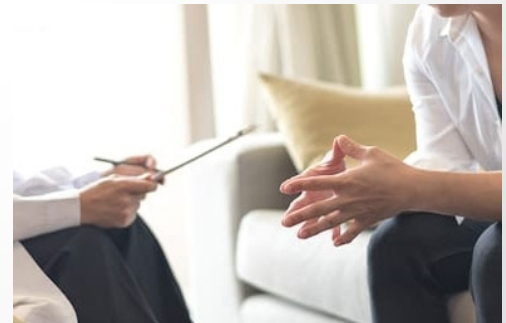
Souhaitant étayer votre boîte à outil

- Professionnels

Managers, Entrepreneurs, Dirigeants, Formateurs, Consultants, Commerciaux...

- Personnes désirant réorienter leur carrière professionnelle ou la booster

Lynda Pausé *



MASTERCLASS

Soyez inspiré et inspirant

Les objectifs :

Le bien-être, l'épanouissement personnel et professionnel, le management reconnaissant, l'orientation professionnelle, les objectifs à tenir, la construction d'un pitch authentique ou encore le développement des réseaux sociaux, autant de qualités essentielles à développer et à conscientiser.

Et pourtant, toutes ces qualités peuvent-être sabotées et aliénées par le burn-out, le turn-over, les insomnies et la surcharge mentale, la gestion du temps, etc..

Ces problématiques personnelles font parties intégrantes de notre évolution et de notre sociétés, nous empêchant de nous réaliser.

C'est pourquoi au travers de cette formation nous irons explorer des outils efficaces et performants pour accroître son excellence.

Dans une société de plus en plus dysfonctionnelle, reprendre sa place dans sa vie en tant qu'acteur et non plus la traverser.

Par conséquent, booster son estime de soi, sa confiance en soi, être authentique et aligné pour mieux accompagner les autres et développer son Leadership.

Lynda Pausé *

MASTERCLASS

Soyez inspiré et inspirant

Session 1 : Qui suis-Je?

Nos choix de vie, nos amitiés, nos relations, notre ... tout cela est dicté par des mécanismes cérébraux dont, à 80%, nous n'avons pas conscience.

L'inconscient, cet autre nous qui nous échappe en grande partie.

Nos valeurs, notre système éducatif, nos expériences passées, nos perceptions de la vie, nos schémas répétitifs, les jeux psychologiques, nos croyances, etc...

Etre en conscience de que nous sommes est la première clef pour construire sa posture de professionnel.

Pour cela, nous irons détecter nos propres schémas répétitifs, clarifier nos valeurs, nos parts d'ombres aussi afin de reconnaître nos véritables besoins en travaillant sur le rêve et le projet de vie.

Des outils et ateliers issus de la psychologie, psychanalyse, de la psycho-généalogie du coaching, de la PNL et de la systémie.

C'est en se connaissant réellement que nous pouvons développer notre intelligence émotionnelle et ainsi mieux comprendre son interlocuteur dans sa réalité, sa perception du monde.

•
*Lynda Pausé **



MASTERCLASS

Soyez inspiré et inspirant

Session 2 : J'applique et Je transmets

Au l'issue de la 1ere session vous voilà plus aligné avec vous même, le MOI (Soi) plus présent et le Surmoi (l'Ego) en conscience.
Un pouvoir personnel ancré.

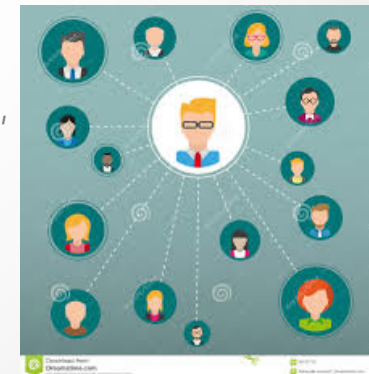
Dans cette session, vous allez apprendre à transmettre et à appliquer vos savoirs.
Travailler sur le masque social, le pitch, développer son leadership et son management reconnaissant.

Savoir se positionner pour animer une réunion de groupe, une conférence, un atelier en assumant pleinement sa place.

Connaître et reconnaître les talents de ses collaborateurs pour qu'ils soient plus efficaces, plus performants.
Etre inspirant et inspiré.

Des outils et ateliers basés sur le coaching, la psychologie, la psychanalyse et l'art thérapie.

*Lynda Pausé **



MASTERCLASS

Soyez inspiré et inspirant

Session 3 : « Je Suis » et « je Réussis »

Le stress, le doute, l'anxiété, l'angoisse sont les causes premières d'abandon de projet, de dépression, de burn-out.

Ici nous aborderons les pathologies du sommeil, du stress et de l'anxiété.

Comment accompagner son interlocuteur lorsqu'il fait face à ces problématiques ?

Savoir désamorcer le processus pour calmer le jeu et éviter une décompensation.

Remotiver la personne ou l'équipe pour créer une cohésion intérieure et de groupe.

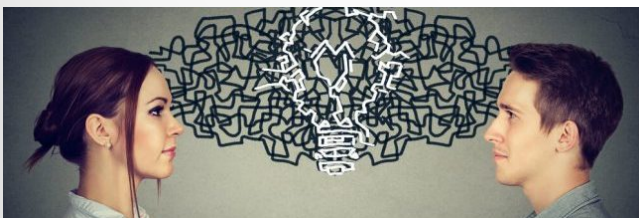
L'image de soi et sa représentation.

Le regard des autres.

Se positionner en tant qu'individu,

développer ses réseaux sociaux,

savoir se vendre et recruter de manière authentique.



*Lynda Pausé **



MASTERCLASS

Soyez inspiré et inspirant

La masterclass vous apportera :

- Des outils utiles et performants
 - Une nouvelle vision
 - Un Leadership cohérent
 - Un mental de gagnant
 - Une force de conviction
- Une posture alignée avec qui vous êtes réellement

Vous vivrez la vie dont vous avez toujours rêvé !

*Lynda Pausé **

MASTERCLASS

Soyez inspiré et inspirant

- Coût de la Formation : 900 Euro HT + TVA 20%
(si prise en charge CPF)
- Coût de la Formation : 650 euro HT + TVA 20%
(si prise en charge personnelle)
 - Frais d'inscription à 75 Euro TTC
 - Possibilité de CPF
- Accompagnements externes/Supervision inclus

Renseignements et devis :

hello@lyndapause.fr

06.60.94.79.52

*Lynda Pausé **

MASTERCLASS

Soyez inspiré et inspirant !

Les dates et Horaires : En présentiel et en visio-conférence

- Dates présentiel et visio : 22 et 23 Avril 2021 – 27 et 28 Mai 2021 – 24 et 25 Juin 2021
 - Horaires : 9H30 à 13H00 et de 14H30 à 17H00
Soit 36 heures au total
- Une Supervision en visio-conférence entre chaque session :

Les Lundis 10 Mai, 14 Juin .

Le Lieu : (sous réserve)

Dans un lieu d'excellence favorisant les échanges, moderne et agréable

Le Village By CA à Sophia Antipolis – En présentiel

<https://le-village-by-ca-pca.business.site>

Lynda Pausé *

Votre Coach et Thérapeute

Issue du milieu évènementiel, j'ai pendant plus de 15 ans managé des hommes et des femmes de divers univers.

Avec un management transversal et direct en tant que Directrice d'agence évènementiel et Directrice commerciale et évènementiel pour des hôtels de luxe Relais & Châteaux et un domaine viticole de renom de la région.

Spécialisée dans le haut de gamme, j'ai du faire face à de hautes exigences qui demandent une forte fédération d'équipe possible grâce à un leadership de qualité afin que le projet d'entreprise soit à la hauteur des attentes des clients.

Ma personnalité et ma curiosité m'ont rapidement amené à étudier la psychologie, positive et cognitive, qui était l'essence même de ma vision du monde et du travail. Le coaching s'est révélé à moi comme une évidence.

Depuis maintenant 2 ans, j'accompagne des adultes, des enfants, des jeunes et des familles mais également des entreprises dans le développement personnel et professionnel, en tant que Coach certifié RNCP.

Rédactrice pour le magazine scientifique Futurasciences pour lequel je rédige des chroniques pour la section développement personnel au travail.

Chroniqueuse pour Radio Monaco chaque vendredi.

J'anime également des formations, des ateliers et des conférences autour du développement personnel.

Un métier de coeur avant tout mais également une nécessité car le bien-être au travail est devenu un enjeu majeur pour les entreprises et pour l'humain.

L'efficience du salarié l'amène à plus de créativité, d'autonomie et de performance.

Au plaisir de travailler ensemble prochainement pour faire de vous, de vos collaborateurs, de vos salariés, de vos patients... de futurs individus épanouis et créatifs.

● Et ainsi mettre l'Humain au centre même de la société ! ●



Lynda Pausé
Coach Certifié /
Coach scolaire / Art
Thérapeute

www.lyndapause.fr -
Hello@lyndapause.fr

06.60.94.79.52

*Lynda Pausé **