

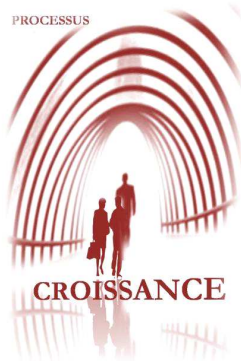
PROCESSUS CROISSANCE

JUILLET 2011 - JUIN 2012

Une formation personnelle pour :

- ⇒ Tenir le cap de votre vie,
- ⇒ Découvrir les richesses qui vous constituent.
- ⇒ Vivre des relations authentiques.
- ⇒ Donner du sens à ce que vous faites.
- ⇒ Devenir qui vous êtes.

PROCESSUS



CROISSANCE

www.mmdeveloppement.ch
www.processuscroissance.com
www.processuscroissance-blog.com

Processus Croissance

Ceci peut vous intéresser

La vie est ainsi faite que nous ne choisissons pas toujours les évènements qui peuvent survenir.

Nous pouvons établir des plans de réussite. Cependant, nous n'avons aucune prise lorsque ceux-ci sont soumis à des changements qui surviennent subitement : maladie, licenciement, séparation, mutation, etc.

Si dans un premier temps le réflexe est de s'en sortir rapidement, de trouver comment il est possible de faire face à la nouvelle situation, cela peut devenir une difficulté supplémentaire à long terme.

Pouvoir en parler, faire le point, être accompagné pour percevoir toutes les conséquences et les enjeux, trouver des pistes pour progresser dans la réalité telle qu'elle se présente peut être bénéfique.

Une formation personnalisée

Processus Croissance vous permet de vivre une croissance personnelle à votre rythme, dans différents secteurs : vie personnelle, relations, couple/famille, vie professionnelle, vie spirituelle.

La méthode est celle de la psychopédagogie et s'appuie sur la recherche de Karl Rogers (Psychologie Humaniste) et André Rochais (Fondateur de PRH).

Installé au Locle depuis 2009 vous trouverez la formule de formation que vous recherchez.

La croissance personnelle, c'est faire de chaque jour une chance de se réaliser !



Vous avez sans doute déjà entendu parler de la croissance sociale, agricole, forestière, économique et tant d'autres ... et la croissance personnelle ?

Il faut dire qu'en dehors des professionnels, peu de gens savent ce qu'elle est et surtout ce qu'on peut en attendre réellement.

La croissance personnelle est souvent employée à tort et à travers pour désigner un mélange de pratiques, qui souvent, visent à donner rapidement un bien-être recherché depuis des mois, voir des années.

Il n'est pas toujours facile de s'y retrouver dans toutes les promesses qui nous sont faites, pas facile de choisir la méthode qui va convenir. Il n'est pas toujours évident de savoir quelle est la pédagogie utilisée, ni, sur quels concepts elle repose. Encore moins de savoir si la formation est donnée avec des méthodes appliquées et toute la rigueur et la cohérence que l'on peut en attendre.

Croissance personnelle et développement personnel

L'objectif du développement personnel mène à une croissance personnelle.

Celui-ci permet à toute personne d'entrer dans un processus qui va améliorer sa vie, et lui donne des outils pour atteindre ses objectifs professionnels ou privés. Il est une aide précieuse pour découvrir comment se libérer de certaines difficultés.

Que ce soit par des stages, des formations en journées ou du coaching de vie, le développement personnel repose sur des moyens concrets et réalistes pour y parvenir.

La croissance se vérifie et se produit grâce à l'outil qu'apporte le développement personnel.



Croissance personnelle & Réalisation personnelle



*Une **formation** qui vous permet de **découvrir** comment utiliser vos **ressources**.*

Entrer dans une croissance personnelle permet de prendre conscience de l'immense potentiel de vie de vous portez et de l'actualiser tout au long de votre vie.

La formation Processus Croissance vous donne les moyens et les outils pour apprendre comment utiliser pleinement les forces et les capacités que vous portez et, ainsi, progresser dans votre vie.

La formation Processus Croissance c'est avant tout un outil pédagogique qui vous aide à comprendre comment vous pouvez prendre soin de votre monde intérieur et lui apporter tout ce qui nécessaire à sa croissance.

Vous réaliser c'est connaître les contours et reliefs de votre monde intérieur

Imaginez un instant que vous recevez en héritage une magnifique demeure. Celle-ci est entourée d'un parc majestueux constitué de jardin, d'une flore que vous ne connaissez pas et d'arbres différents ...

Une seule condition est posée pour que vous en preniez possession, c'est de l'entretenir, de la garder en bon état. ...

La première chose que vous aurez à faire sera de répertorier toutes ces richesses, de découvrir à quoi elles servent, à quoi elles se rattachent.

Ensuite, vous aurez à apprendre comment en prendre soin : entretien, élagage, plantations, restauration, etc.

Entreprendre un parcours de croissance, c'est cela.

Vous avez hérité d'une telle demeure.

Qu'est-ce que vous allez en faire ?

La laisser en l'état ou prendre le temps nécessaire pour pouvoir y habiter et profiter pleinement de tout ce qu'elle vous apporte ?

***Il y a en vous plus de richesses que vous ne pensez,
ces richesses ne demandent qu'à s'actualiser dans le concret de votre vie.***

Votre bien-être, votre équilibre, votre santé et votre bonheur dépendent des causes et des conditions que VOUS créez en vous-même et rien d'autre.



Chercher à s'accomplir est la quête la plus noble et la plus prometteuse puisqu'elle a un impact sur tous les autres aspects de la vie.

Les étapes d'un processus de croissance

Un processus de croissance agit différemment de la psychothérapie ou des pratiques de la pensée positive.

La plupart des psychothérapeutes s'attachent le plus souvent à « travailler » sur les points douloureux. Il est vrai que la personne qui choisit d'entrer dans un processus de croissance avec l'outil du développement personnel va aussi toucher des points douloureux afin d'entrer dans la compréhension de certaines souffrances ressenties dans son réel d'aujourd'hui.

Un processus de croissance consiste dans un premier temps à renforcer le désir de changer. Il va permettre de découvrir les ressources, les capacités, les richesses propres à la personne. Cette première étape va déjà réconcilier la personne avec de nombreux « lutins » qui l'empêchaient de vivre en paix.

Ensuite, c'est par l'apprentissage de la lecture de son réel d'aujourd'hui qu'elle ira vers la connaissance du potentiel extraordinaire que lui a donné la vie. Elle pourra ainsi découvrir que ce potentiel a été blessé, meurtri. Nous parlons alors des souffrances du passé qui se réactualisent lorsqu'elle essaie de se réaliser. Découvrir son potentiel et en parallèle regarder ce qui fait mal va permettre de progresser vers l'actualisation de ses aspirations et réaliser ses objectifs. Elle prendra progressivement congé des « gardiens » qui la protégeait de toute difficulté; venant de l'extérieur, comme de l'intérieur.

Installé dans son nouveau territoire, elle pourra, lorsqu'elle le désire, visiter et revisiter son passé, se réconcilier avec ce qui a été, se libérer de ce qui peut encore l'emprisonner et l'empêcher de se réaliser pleinement.

Le processus de croissance est une démarche très complète qui aborde tous les points nécessaires pour aider la personne à se libérer de ses difficultés et connaître un plein épanouissement personnel.

Connaissance de soi par la créativité

Objectifs de la formation :

- * Oser s'exprimer librement par le biais de la créativité.
- * Repérer les mouvements intérieurs face à la liberté donnée.
- * S'affirmer dans son processus de création.

2011

Ve 19 août

Sa 1 octobre

2012

Tarif spécial

Ve 20 janvier

150.– CHF

Me 21 mars

matériel compris

Sa 2 juin

Epanouissement et mitan de la vie

Objectifs de la formation :

- * Aborder les préoccupations qui surgissent à cette étape de vie.
- * Découvrir comment aller vers plus d'épanouissement, donner sens à sa vie, oser aller au bout de ses aspirations, de ses projets.

2011

Ve 9 septembre

Ma 15 novembre

2012

Me 15 février

Ve 20 avril

Estime et confiance en soi

Objectifs de la formation :

- * Développer l'estime envers soi et la confiance dans son environnement
- * Savoir comprendre son mode de fonctionnement pour l'améliorer
- * Savoir évaluer ses capacités pour mieux développer ses compétences

2011

Ma 19 / Me 20 juillet

2012

Ve 27 / Sa 28
janvier

29 / 30 janvier

Ve 4 / Sa 5 mai

S'observer pour mieux se connaître

Rencontre avec soi

Marche

Créativité

Une semaine pour emprunter le chemin de votre vie intérieure

Une semaine pour avancer vers votre à-venir

Une semaine pour accueillir ce qui fait votre essentiel

Une semaine pour vous arrêter et vous rencontrer

Du dimanche 9 [17h] au vendredi 14 octobre 2001 [17h]

Tarif : 950.-

Stage et pension

Vaincre l'attentisme, le perfectionnisme ... dans la vie comme au travail

Objectifs de la formation :

- * Faire le point sur les souhaits de changement.
- * Développer la motivation, base de l'action.
- * Formuler de manière claire et réaliste ses objectifs.
- * Définir les moyens pour une mise en œuvre concrète.

DATES

2011

Ve 4 / Sa 5
novembre

2012

Ve 16 / Sa 17 mars

Quel sens donner à ma vie ?

Objectifs de la formation :

- * Apprendre à découvrir, accepter et exprimer ce qui est important pour soi
- * Donner une ligne directrice à sa vie
- * Déterminer ses objectifs et découvrir les obstacles qui empêchent de les atteindre
- * Etablir un plan d'action pour lever les obstacles et se donner les moyens de concrétiser ses aspirations

DATES

2011

Je 1 / Ve 2
décembre

2012

Ve 14 / Sa 15 avril

Ecouter en soi, un processus qui permet une croissance personnelle

Objectifs de la formation :

- * Vous travaillez dans les secteurs de vie qui sont importants pour vous
- * Vous apprenez à vous mettre à l'écoute de la vie qui se manifeste en toute votre personne
- * En mettant des mots sur vos sensations internes et externes, vous progresser dans votre croissance

4 jours en groupe

1x tous les 2 mois

La formation n'est pas agendée. Si vous êtes intéressé / e à la suivre, inscrivez-vous afin de recevoir les prochaines dates.

Ma spiritualité : en qui, en quoi je crois !

Objectifs de la formation :

- * Accueillir sa dimension spirituelle dans le comment elle se manifeste dans votre vie
- * Intégrer ses manifestations et les laisser se déployer dans son chemin de vie
- * Se réserver des plages de méditation et d'ouverture pour se laisser grandir spirituellement
- * Accepter ce qui se passe en soi et ce qui se passe extérieurement
- * Mettre des mots sur la réalité de transcendance qui vous habite.

4 jours en groupe

1x tous les 2 mois

La formation n'est pas agendée. Si vous êtes intéressé / e à la suivre, inscrivez-vous afin de recevoir les prochaines dates.

Développer ma personnalité

Objectifs de la formation :

- * Allier sa vie personnelle et professionnelle
- * Construire sa personnalité sans renier l'importance de son histoire mais en l'intégrant à son aujourd'hui
- * Détecter ce qui freine ou entrave l'actualisation de ses potentialité et trouver des pistes de progression

3 jours en groupe
ou en individuel

La formation n'est pas agendée. Si vous êtes intéressé / e à la suivre, inscrivez-vous afin de recevoir les prochaines dates.

Diagnostiquer ses compétences, valoriser ses atouts

Objectifs de la formation :

- * Identifier ses motivations personnelles et professionnelles
- * Identifier sa relation à soi et aux autres
- * Reconnaître ses atouts et contraintes personnelles
- * Diagnostiquer et valoriser ses compétences
- * Orienter sa vie personnelle et professionnelle.

3 jours en groupe
ou en individuel

La formation n'est pas agendée. Si vous êtes intéressé / e à la suivre, inscrivez-vous afin de recevoir les prochaines dates.

Ateliers d'expression et groupes de parole

E.P.A.

Exprimer ... Partager ... Avancer

Un **lieu** de rencontre où je rencontre d'autres personnes qui comme moi traversent une étape difficile.

Un **moment privilégié** pour retrouver l'élan de vie en soi.

Un **oasis** où trouver ce qui est nécessaire pour se ressourcer dans un climat de non-jugement, de respect et d'écoute.

S'exprimer par les formes, les couleurs

Devant la page blanche, avec comme seule ressource les sentiments qui nous animent, nous exprimons cette part de nous qui est cachée, qui fait mal.

L'exprimer telle qu'elle se présente pour s'en détacher afin de laisser place aux mouvements de la vie, et aller vers plus de sérénité.

Oser se dire, partager

Prendre le temps d'intégrer ce qui se passe en soi dans ces moments de créativité est important.

Ainsi se produit cette sensation de se sentir accompagné/e dans ce que nous vivons.

Faire son deuil
(décès d'un proche)

**Accepter une
rupture affective**
(séparation - divorce)

**Exprimer ses
sentiments face à la
maladie**
(la sienne ou celle d'un
proche)

Horaires possibles :
[9h00-12h] / [14h-17h]
[19h00-22h]

Possibilité de poursuivre les rencontres selon les besoins du groupe (50.- par séance)
La participation à **3** rencontres (1 rencontre par quinzaine) est requise.

L'adolescence, une étape à accompagner

Objectifs de la formation :

1 jour en groupe

- * Repérer dans ses réactions ce que l'ado essaie de dire
- * Faire le point entre les limites posées et son aspiration à l'autonomie
- * Percevoir au-delà de la crise d'adolescence comment aider au passage de l'adulte.

La formation n'est pas agendée. Si vous êtes parents d'adolescents qui ont entre 12 et 18 ans et désirez mettre sur pied un espace de formation, prenez contact.

Grands-parents : notre rôle, notre place !

Objectifs de la formation :

1 jour en groupe

- * Découvrir comment la substitution parentale pourrait être un piège dans la relation
- * Trouver sa juste place
- * Aller vers une présence aimante et constructive pour ses petits-enfants

La formation n'est pas agendée. Si vous êtes grands-parents et désirez mettre sur pied un espace de formation, prenez contact.

Progresser en harmonie intérieure

Objectifs de la formation :

- * Découvrir ses ressources intérieures
- * Approfondir la connaissances de ses émotions
- * Comprendre ses réactions et mieux s'accepter
- * Découvrir comment gérer ses besoins contradictoires
- * Etablir un plan d'action pour vivre en unité avec ses motivations et ses valeurs.

3 jours en groupe
ou en individuel

La formation n'est pas agendée. Si vous êtes intéressé / e à la suivre, inscrivez-vous afin de recevoir les prochaines dates.

Découvrir comment se manifeste la personnalité de mon enfant

Objectifs de la formation :

- * Découvrir comment il est possible de favoriser l'épanouissement de son enfant
- * Comprendre l'émergence de sa personnalité aux différentes étapes de sa croissance
- * Mettre en œuvre son potentiel de parents

1 jour en groupe

La formation n'est pas agendée. Si vous êtes parents d'enfants de 3 à 10 ans, si vous faites partie d'un groupe de parents et désirez mettre sur pied un espace de formation, prenez contact.

Les croyances qui limitent ma vie

Objectifs de la formation :

- Observer l'impact des croyances « négatives » dans sa vie
- Percevoir comment elles peuvent entraver notre perception du réel et nous empêcher d'avancer dans notre croissance
- Découvrir comment il est possible de changer une croyance limitante.

2011

Ve 8 juillet

Ve 30 septembre

Me 14 décembre

2012

Lu 20 février

Ma 1er mai

S'organiser pour ne plus être débordé

Objectifs de la formation :

- * Mieux comprendre son rapport au temps.
- * Différencier l'urgent de l'important.
- * Apprendre à se fixer des objectifs dans le court terme.
- * Construire, à partir de son réel, un tableau de bord qui prend en compte le désir de progresser dans ce secteur.

2011

Ma 6 septembre

Ve 11 novembre

2012

Ve 13 janvier

Lu 26 mars

Me 23 mai

Comment résoudre un problème et prendre des décisions efficaces ?

Objectifs de la formation :

- * Comprendre le problème.
- * Construire des solutions optionnelles.
- * Aller vers une bonne décision.
- * Planifier et mettre en œuvre les actions de résolution.

2011

Ma 30 / Me 31 août

2012

Je 14/ Ve 15 juin

Décoder ses facteurs de stress

Objectifs de la formation :

- * Décoder les signaux indicateurs.
- * Apprendre comment sortir de la passivité et agir positivement.
- * Développer sa propre stratégie de gestion du stress.
- * Construire une méthode personnelle « antistress ».

2011

Sa 17 / Di 18
septembre

Ve 25 / Sa 26
novembre

2012

Lu 30 / Ma 31
janvier

Je 26 / Ve 27 avril

La gestion des conflits : les enjeux de la relation

2011

Me 24 août

Objectifs de la formation:

- Aller vers une compréhension de ce qui se passe au niveau relationnel.
- Découvrir comment il est possible de gérer une situation de conflit.

2012

Ve 10 février

La communication : Ecouter pour agir

2011

Je 14 juillet

Ma 20 septembre

Lu 5 décembre

Objectifs de la formation:

- * Evaluer son mode d'écoute habituel
- * Détecter les freins pour solliciter le moteur de l'écoute.
- * Percevoir les effets que l'écoute induit sur les autres.
- * S'approprier une attitude favorisant le dialogue.

2012

Ma 28 février

Ve 11 mai

COACHING DE VIE

Choisir un Coaching de vie , c'est choisir de se faire accompagner dans ce qui pose problème dans votre vie dans le but d'avoir accès à vos ressources, de trouver vos vraies valeurs, votre propre vision et vos propres solutions et d'être accompagné jusqu'à votre réussite.

Les bénéfices du coaching :

Grâce au professionnalisme du coach et à votre entière implication dans la démarche, voici quelques résultats qu'un coaching de vie permet d'obtenir :

- * Mobiliser vos ressources, avoir confiance en vous et vos capacités
- * Faire face à des situations difficiles, accompagner le changement.
- * Prendre du recul, gérer le stress.
- * Gérer les conflits, mieux communiquer.
- * Équilibrer votre vie personnelle et votre vie professionnelle.
- * Clarifier vos objectifs, identifier vos talents, réaliser vos projets professionnels ou privés et augmenter votre capital confiance.
- * Savoir créer des relations harmonieuses.
- * Optimiser votre gestion du temps, déterminer vos priorités.
- * Préparer votre retraite ...

Sur rendez-vous

Le Locle (NE) / Onex (GE)

Possibilité également d'être accompagné par téléphone

TARIFS

1 jour (groupe)	135.- CHF	3 jours (individuel)	490.- CHF
1 jour (individuel)	180.- CHF	4 jours (groupe)	450.- CHF
2 jours (groupe)	270.- CHF	E.P.A. (la séance)	50.- CHF
2 jours (individuel)	340.- CHF	Stage et pension	950.- CHF
3 jours (groupe)	400.- CHF		

Repas de midi	12.- CHF
Repas du soir	8.- CHF
Chambre / P.D.	15.- CHF

Coaching de vie

Ressources mensuelles nettes			
Au-delà de		6000.- CHF	135.- CHF
De 5000.-	à	6000.- CHF	120.- CHF
De 4000.-	à	5000.- CHF	100.- CHF
De 3000.-	à	4000.- CHF	80.- CHF
De 2000.-	à	3000.- CHF	70.- CHF
Inférieures	à	2000.- CHF	50.- CHF
Supervision :			150.- CHF/h

Note : Toutes les formations et le coaching de vie peuvent être suivis à distance (téléphone ou skype). Pas de majoration de prix (Tarif individuel) mais règlement au préalable.



Madeleine Moreau née en 1954
Formatrice indépendante en développement personnel.

Depuis plus de 20 ans j'accompagne des personnes sur leur chemin de vie.

Je commence comme bénévole dans le secteur ecclésial et suis une formation biblique et pastorale. Je suis engagée au terme de ma formation pour un ministère pastoral auprès des jeunes et des adultes dans les Montagnes Neuchâteloises.

En parallèle je poursuis une formation me conduisant vers le professionnalisme PRH (Personnalité et Relations Humaines). Durant 7 ans j'anime des stages, des journées de formation en Suisse Romande comme formatrice agréée PRH.

Titulaire d'un brevet fédéral de formatrice d'adultes je poursuis dès le 1er janvier 2009 mon activité comme indépendante dans le domaine de la formation en relations humaines.

Mes centres d'intérêts se situent dans la recherche de sens aux différentes étapes de la vie, l'accompagnement des personnes, le coaching, l'éducation et la famille.

La créativité, la photo, la nature, la vie en couple sont mes principales ressources.

**La formation personnelle...
une valeur sûre pour un changement à long terme,
dans ce qui constitue ma personnalité.**

- * Le coût total de la formation est à régler au moment de la confirmation ou le jour-même.
- * Possibilité de payer par mensualités sur simple demande.
- * L'annulation jusqu'à 10 jours avant le début du cours entraîne le paiement de 40% des frais.
- * En cas d'absence à la formation, aucun remboursement n'est effectué.
- * Sauf indication, l'hébergement, les repas ne sont pas compris dans le prix du cours.

INSCRIPTION – CONTACT – RENSEIGNEMENTS

**Madeleine Moreau
Processus Croissance
Crêt-Vaillant 23
2400 Le Locle
Tél: +41 76 376 35 04
processuscroissance@gmail.com**

**S V E B ■ ■
F S E ▲ ■ ■**

Schweizerischer Verband für Weiterbildung
Fédération suisse pour la formation continue
Federazione svizzera per la formazione continua
Swiss Federation for Adult Learning