



La PNL s'adresse à qui ?

Aux hommes, femmes et enfants de 7 à 97 ans. À toute personne qui prend la décision de changer des choses dans sa vie afin d'améliorer celle-ci. À tous ceux qui veulent s'aimer un peu plus chaque jour.

Quels problèmes puis-je régler avec la PNL ?

- une séparation
- un deuil
- des changements (travail, école, etc.)
- des allergies (sauf les allergies alimentaires)
- des acouphènes
- mon estime de soi
- ma confiance en soi
- ma difficulté à faire des choix
- une absence de destination (ex. après la retraite)
- des relations personnelles ou professionnelles
- me libérer des blocages conscients et inconscients
- me libérer de mes peurs, ou du stress

Techniques psychothérapeutiques utilisées

- hypnose éricksonnienne
 - métaphores thérapeutiques
 - analogie
 - symboles archétypes
 - interprétation des rêves
 - EMI
 - outils de la PNL (visualisation et autres)
- et la principale :
- ouverture du cœur



Isabelle Landry

COACH PROFESSIONNEL
CERTIFIÉ PNL

T 418.977.4613 C 418.953.0948

ILANDRY@VIDEOTRON.CA

ISABELLELANDRY.CA

MEMBRE CPMDQ

REÇU D'ASSURANCE

PROGRAMMATION NEUROLINGUISTIQUE
INTERVENTION BRÈVE (ORIENTÉE SOLUTIONS)
COACHING PERSONNEL



Isabelle Landry

COACH PROFESSIONNEL
CERTIFIÉ PNL



Vous désirez prendre votre envol et être bien ?

Je peux vous aider à découvrir votre potentiel afin d'atteindre vos objectifs dans une ambiance de respect et d'ouverture du cœur. Comme vous êtes l'expert pour résoudre vos problèmes, mon rôle sera de vous accompagner et de vous outiller tout au long de votre démarche.

En tant que coach professionnel certifié APNL,

et coach de vie, j'ai suivi une formation rigoureuse de trois ans au Centre québécois de programmation neuro-linguistique (CQPNL) à Montréal. Cette formation représente plus de 1500 heures de pratique et de théorie. Je me perfectionne continuellement, ce qui me permet de vous offrir de nouvelles techniques d'intervention et de coaching efficaces et durables.



Pour apporter un changement efficace dans votre vie, il est important de cerner le niveau où se situe le problème et d'appliquer l'intervention à ce niveau.

Un problème se situe à un ou plusieurs niveaux logiques bien précis, d'où l'importance de spécifier à quels niveaux logiques effectuer le changement pour qu'il soit efficace. Par exemple, si le problème se situe au niveau des croyances (la personne ne croit pas en sa compétence) et que l'intervention pour atteindre l'objectif se situe au niveau de l'environnement (déménager) ou des comportements (dire ce que je veux), il y a peu de chances de succès. Il est donc très important d'intégrer à la formulation de l'objectif le niveau logique où la transformation devra s'effectuer. De plus, il faut veiller à ce que les niveaux supérieurs supportent ou soient cohérents avec le niveau de changement affecté.

Un changement effectué à un niveau logique correspondant ou supérieur à celui du problème aura un impact à ce niveau de même qu'aux niveaux logiques inférieurs. L'inverse peut être possible, mais n'est pas nécessairement automatique.

Qu'est-ce que la PNL ?

Programmation – C'est l'ensemble de nos automatismes, de nos « programmes » conscients et inconscients qui font que nous avons tendance à produire et reproduire les mêmes modèles de vie.

Neuro – Fait référence au cerveau, aux neurones, à notre système nerveux central et périphérique qui établissent des corrélations, aidantes ou limitatives, entre nos perceptions.

Linguistique – C'est notre langage verbal ou non verbal qui nous permet de communiquer et de structurer notre pensée.

La Programmation neurolinguistique est un art de vivre, une philosophie de vie regroupant un ensemble de modèles et de techniques (outils) permettant de maximiser votre potentiel humain. L'approche neurolinguistique fait partie de la famille des interventions comportementales, ce qui signifie qu'on s'intéresse avant tout au « comment » plutôt qu'au « pourquoi ». C'est une démarche basée essentiellement sur le **changement** et la **communication**. Prendre conscience que la solution se trouve à l'intérieur de vous permet de changer vos programmations.



