



Le lâcher prise Biosens est une méthode de développement personnel originale et ludique conçue pour accélérer les apprentissages sur la connaissance de soi et des autres.

### Objectifs :

Mettre en pratique de nouveaux concepts et méthodes pour lâcher prise et dépasser les stéréotypes en développant une psychologie de bien-être.

### Méthodes & Moyens :

Cette approche transdisciplinaire est à la fois, cognitive, communicationnelle, relationnelle, émotionnelle et corporelle ce qui vous permettra d'ancrer de manière durable les apprentissages.

### Public :

Toute personne souhaitant acquérir une approche globale et innovante du comportement et de l'efficacité personnelle.

7 axes vous permettront de lâcher prise et de redéfinir votre propre équilibre pour gagner en confiance, en estime et en affirmation de soi.

#### 1. Découvrez les ressources et la mixité de votre cerveau.

- Repérez les différentes logiques.
- Comprenez les origines de vos réflexes, de vos émotions et de vos pensées.
- Retrouvez les complémentarités des différences interculturelles.
- 

#### 2. Déterminez votre profil émotionnel.

- Apprenez à utiliser les registres sensoriels métaphoriques sous forme de représentations mentales.
- Repérez vos positions perceptuelles.
- Sachez modéliser votre comportement à vos véritables attentes.
- 

#### 3. Identifiez le profil de votre interlocuteur.

- Diagnostiquez le profil dominant de votre interlocuteur.
- Repérez les variantes au sein d'un même profil.
- Reconnaissez les cas les plus typiques.
- Découvrez les affinités et les oppositions entre les différents profils.
- 

#### 4. Sachez-vous adapter à vos interlocuteurs.

- Déterminez les axes de votre propre harmonie.
- Utilisez tous les profils émotionnels dans votre communication.
- Transformez votre état d'adaptation en état naturel.
- Transformez votre état naturel en état désiré.
- 

#### 5. Apprenez à sortir des relations inconfortables.

- Prenez du recul en ajustant votre logique réflexive à votre conscience critique.
- Soyez moins prévisible en transformant vos réactions émotionnelles en sentiments conscients.
- Lâchez prise pour gagner en fluidité.
- 

#### 6. Développez vos talents relationnels.

- Faites preuve de réalisme et positivisme.
- Modélisez « l'excellence »
- Amusez-vous avec de nouveaux challenges personnels et collectifs.
- 

#### 7. Transposez les acquis en langage corporel.

- Rythme, tonus postural, attitude non verbale des différents profils émotionnels.
- Exprimez les profils émotionnels en langage corporel (6 modes de maturité)
- Lâcher prise



Dates	Durée	Lieux	Inscription
Nous contacter	2 jours	Intra / inter	<a href="mailto:contact@biosens.net">contact@biosens.net</a>