

Ségolène Julie
PATEL propose

**Un cycle de 5 ateliers
Avec des outils de Relations Authentiques***

ÉCOUTER DEDANS



POUR SERVIR SON AUTHENTICITÉ



En ligne ou en présentiel

QUOI ?



Je vais te proposer :

d'ouvrir ton écoute et de développer tes perceptions,
de jouer, et d'observer dedans,
d'accueillir ta propre expérience,
de te redécouvrir grâce à la relation .

"La vérité de l'homme est de sortir en restant dedans."

De l'exode à l'exil, Marie Abdon SANTANER

POUR QUI ?



**TU AS ENVIE
D'AUTHENTICITÉ ET DE PROFONDEUR
DANS TES RELATIONS ?**

Mais tu ne sais pas comment faire ?

Tu souhaite rester toi-même, tout en étant en interaction ?

Tu as besoin de renouveler ta façon d'être en lien ?

Tu aimerais des outils pour être créateur-créatrice dans
tes connexions ?

Alors ce cycle est pour toi, écoutes dedans s'il t'appelle.

COMMENT ?

des jeux relationnels, des voyages intérieurs
des explorations sensorielles, des échanges authentiques



Un cadre doux et sécurisant pour faire tes propres expériences.

CONCRÈTEMENT



5 rdvs en visio zoom de 2h,
un groupe de 4 à 12 personnes

Prix : 100E l'inscription, soit 20E l'atelier.

Ce cycle suit une progression, j'encourage grandement la présence sur les 5 séances.

Je comprends que la visio peut être un frein,



Je l' ai vécu
plusieurs fois

et ça a été
des moments forts !

Pour vous inscrire, contactez moi soit par mail, soit par téléphone.
Je vous enverrai mon RIB et votre inscription sera validée une fois votre virement de 100E reçu. Possibilité de payer en plusieurs fois.
Possibilité de prendre sa place sur billet web :
<https://www.billetweb.fr/cycle-ecouter-dedans>
Si vous avez des questions, n'hésitez pas à me contacter.

info@segolenejuliepatel.com - 06 70 36 53 88

POURQUOI CES ATELIERS ?



J'ai été ingénieure du son dans la musique live pendant 15 ans.
Aujourd'hui, j'offre mon écoute au service de l'humain.

Je me suis souvent sentie incomprise, pas entendue dans mes relations. J'avais l'impression que chacun restait dans son monde et le projetait sur l'autre. Je percevais une forme de confusion, une fusion qui m'empêchait de me goûter moi-même et de vivre des relations nourrissantes.

Et puis, j'ai appris - et j'apprends encore - à être à l'écoute de moi-même, à ralentir, à descendre dans mon corps, à accueillir ce qui se passe en moi et à l'exprimer.

Sur mon chemin, différentes pratiques relationnelles m'ont accompagnée et, aujourd'hui, je suis certifiée au Mentorat en leadership et facilitation relationnelle, donné par Sat Prem*, de l'Institut des Arts relationnels.

L'écoute de moi-même et la pratique des outils relationnels m'ont redonné le goût d'être en lien.

Aujourd'hui, c'est à mon tour d'apporter de la joie à ceux qui souhaitent développer leurs capacités relationnelles avec eux-mêmes puis avec les autres.



* DÉFINITIONS-LIENS



- Définition :

Les Relations Authentiques -Authentic Relating- est une approche relationnelle qui invite à créer des connexions sincères et profondes en étant pleinement présent, honnête et responsable dans ses interactions. Elle s'appuie sur la vulnérabilité, l'écoute empathique et l'exploration des dynamiques relationnelles pour transformer les relations en espaces de croissance mutuelle. Cette pratique permet de naviguer les tensions et les conflits avec curiosité, tout en renforçant l'authenticité et l'alignement dans les échanges humains.

- Liens :

- Sat Prem [Stéphanie Bardin]

<https://linktr.ee/satprem>

<https://www.facebook.com/stephanie.bardin.90/>

- ART International

<https://authenticrelating.co/courses/level-1/en-francais/>

- Transformational Connexion

<https://www.transformationalconnection.com/>

MODALITÉS

à noter



Pour le cycle, tu as besoin

- D'une bonne connexion internet. Je t'enverrai un lien zoom.
- D'un espace où tu sera tranquille, juste avec toi et Nous, pendant 2h.
- De quoi écrire si tu as des révélations qui descendent ou qui montent :-). Saches que je t'enverrai un doc récap de la séance.

Conditions d'annulations :

- Si j'annule le cycle, pour quelques raisons, je te rembourse.
- Si non, ton inscription n'est pas remboursable. Si et seulement si, tu rencontres un cas de force majeure et tu ne peux pas être présent(e), je te proposerai un coaching individuel d'une heure à la place.
- L'inscription se fait sur les 5 ateliers.
- Si après le premier rendez vous tu vois que vraiment ça ne te parle pas, appelle moi, nous trouverons un arrangement.



Hâte de pratiquer ensemble

TÉMOIGNAGES



"Le cycle d'ateliers avec Ségolène, a été pour moi un moment privilégié pour prendre soin de ce qu'il se passe en moi et pour m'ouvrir à de nouvelles clés de compréhension de la relation à l'autre.

Son écoute attentive et sa connexion profonde m'ont fait me sentir en sécurité pour me montrer telle que je suis, chose pas évidente pour moi ! Un grand merci, car c'est très libérateur. Et j'en ai même oublié mes appréhensions concernant la visio !

Je recommande vivement à toute personne en recherche de relation de qualité et qui ont envie de mettre de la conscience dans leur façon d'être avec eux-mêmes et les autres."

Eva, 09 avril 2025

"Ayant participé au premier cycle, je recommande vivement! J'étais hésitant au début, puis au fur et à mesure, j'ai découvert la valeur ajoutée de ces ateliers de communication. Une vraie ressource inspirante facilement abordable depuis le confort de chez soi.

Marcel, 11 avril 2025

TÉMOIGNAGES



"Je recommande ce merveilleux ateliers. C'était très fort.
Un vrai temps pour mieux se découvrir à travers les autres.
Passons à la relation authentique, c'est tellement plus riche."

Émilie, 13 avril 2025

"J'ai eu énormément de plaisir et aussi beaucoup d'émotions.
Je me suis senti bien avec Ségolène par sa bienveillance,
l'amour qu'elle porte à chaque participant.

L'outil qui m'a le plus passionné, c'est restituer, restituer ce
que l'autre a dit. Je trouve que c'est un outil merveilleux. Être
entendu apaise énormément, c'est une source, à mon avis, de
paix entre les personnes. Merci"

Bruno, 7 avril 2025