

# "SE RETROUVER dans son AUTHENTICITÉ"

## La PNLH, en 4 initiales

**P**rogrammation  
Nous sommes tous, que nous le voulions ou non, "programmés" par notre environnement, notre milieu, notre famille, notre éducation, nos proches, notre culture, nos expériences, les croyances que nous nous forçons et les habitudes (qui s'installent).

## Neuro

Grâce à nos neurones, nous avons les capacités de réorganiser ou de désactiver nos "programmes" de pensées et de comportements.

## Linguistique

Notre pensée peut être transmise à travers notre langage, elle structure notre langage et, à l'inverse, notre langage structure notre pensée.

## Humaniste

Pour apprendre, il faut agir! En se centrant sur soi-même ainsi que sur notre environnement dans sa globalité, l'approche montre comment installer une bonne communication, réussir par l'auto-conditionnement et notamment la répétition des schémas performants, harmoniser vie privée et vie active, et apprendre à changer dans le plaisir en utilisant le concept de la puissance du dauphin.

→ La PNLH est axée sur la philosophie de l'action et la pragmatique de la conduite du changement durable dans le plaisir...

Parce que changer est un besoin de se retrouver dans son authenticité, le centre Horizons 347 lui est entièrement dédié. Sa co-fondatrice témoigne.

Régine Cerfontaine

"RÉALISER SES PROPRES OBJECTIFS EN TOUTE écologie, c'est-à-dire se respecter soi, tout en respectant l'environnement social, familial, culturel..." La thérapeute Marie-Luce Dossche, co-fondatrice du centre de formation-action-coaching Horizons 347, énonce ce qui serait une évidence avec une aisance toute naturelle. Le message se veut encourageant: ce serait donné à tout le monde! "Les outils sont à la portée de tous, car chaque être a son potentiel; il diffère mais s'avère illimité..."

La motivation est capitale, essentielle

### PRENDRE SON DESTIN EN MAIN

"La motivation est capitale, essentielle", insiste-t-elle. Parce que changer traduit avant tout le besoin de se retrouver dans son authenticité. Cela reviendrait à prendre son destin en main... Avec cet air de rien, comme du jour au lendemain!

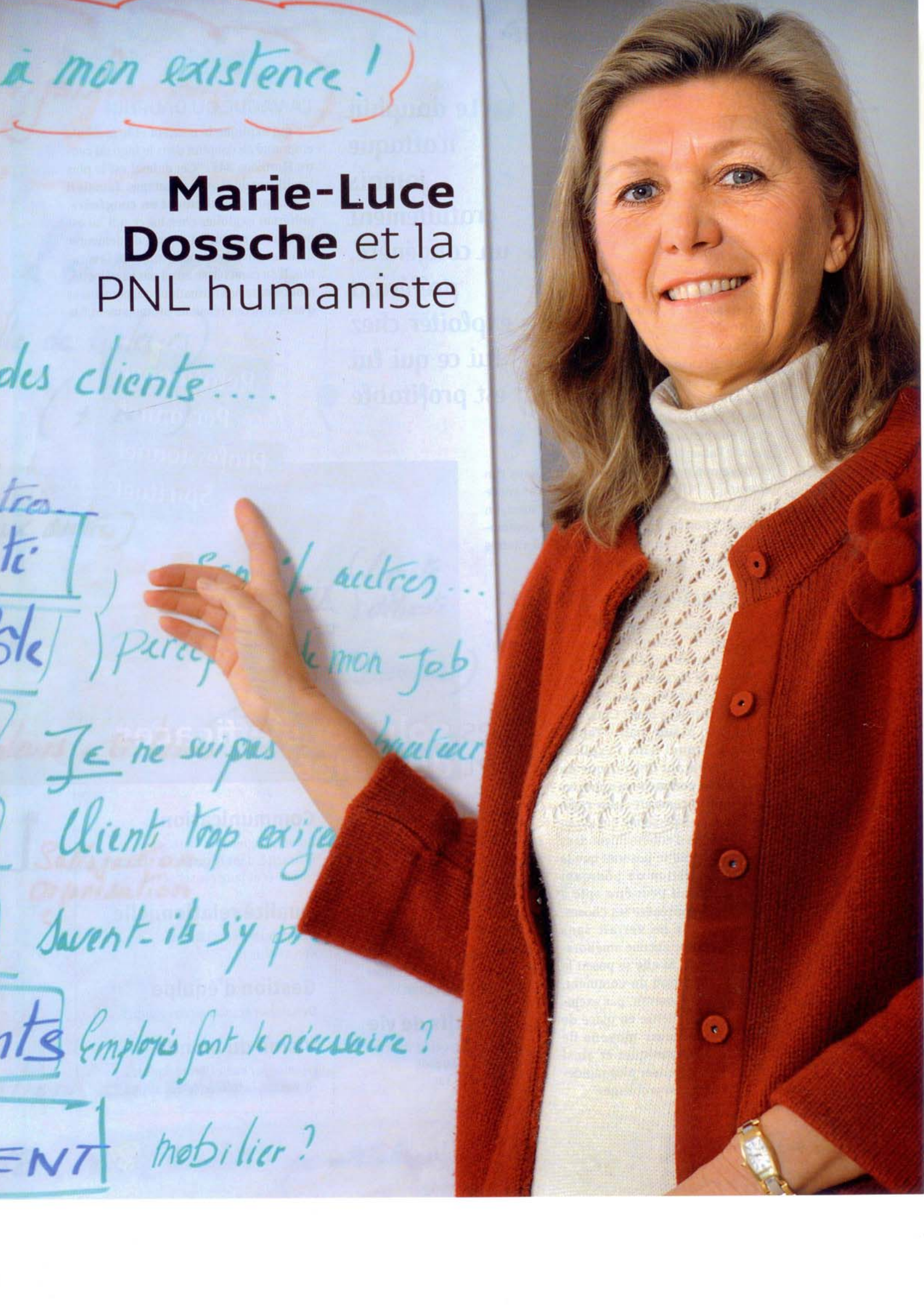
Horizons 347 n'offre donc pas de solutions formatées, mais bien des modèles à s'approprier pour mieux se positionner, respectueux de la vie et du vécu de chacun. Reconnaître les freins qui sabotent et comment les utiliser comme tremplin; comprendre comment un individu s'adapte au changement et les résistances qu'il peut manifester; **déterminer un objectif, fixer ses priorités et se donner les moyens d'y accéder grâce à ses ressources internes**; gérer son temps pour harmoniser sa vie professionnelle et sa vie privée; améliorer les compétences, etc. sont autant de propositions de solutions.



#### C'est à lire

Romilla Ready, Kate Burton: "La PNL pour les nuls". Éd. First, 2008, 304 p. (env. 11,90 €).





# Marie-Luce Dossche et la PNL humaniste

des clients....

tra  
ti  
ste

percep de mon job

Je ne suis pas

Clients trop exigeants

Savent-ils s'y pr

nts Employés font le nécessaire?

ENT mobilier?





## VERS UN CHANGEMENT DURABLE

"Les personnes apprennent à changer, durant le temps de la formation et entre les sessions. L'objectif est de les aider rapidement à découvrir leur propre façon de faire afin de construire de nouveaux schémas pour le long terme."

La méthode? La PNL Humaniste, dont relève le centre, est une discipline pratique qui propose un ensemble d'outils au niveau de nos comportements, capacités, croyances... pour accéder au changement durable. Elle est un modèle, pas une théorie. Créée en 1996 par Alain Losier, master en PNL (programmation neuro-linguistique), elle permet d'accéder plus aisément à l'abondance et à la richesse en développant son potentiel naturel dans son entourage. "Ce qui permet une belle avancée rapide de soi-même dans le plaisir et, aussi, en utilisant à bon escient tous les outils de communication, d'éviter toutes les résistances des autres à son propre changement."

## LE COMMENT DU POURQUOI

"En se centrant et se structurant sur le "comment" plutôt que le "pourquoi", nous visons à augmenter le savoir-faire en apportant la dimension du savoir être", souligne Marie-Luce Dossche. Comment faire quand je suis bien? Comment faire quand je suis mal? "Tandis que le pourquoi tente l'explication en retraçant l'historique du problème, le comment va apporter des solutions concrètes plus rapidement... Une personne qui aurait des difficultés d'enfermement dans son couple et ne se poserait que la question du pourquoi serait peut-être apte à comprendre les choses, mais ne verrait sans doute aucune amélioration. Si elle se posait la question du comment, elle pourrait, par exemple, mettre en place de meilleurs moyens de communiquer et ainsi solutionner plus rapidement le problème."

### En savoir plus

Horizons 347,  
rue de Thyle 8A,  
1495 Sart-Dames-Avelines.  
Tél.: 071/80.08.18 ou  
071/80.08.17.  
Fax: 071/80.08.19.  
Web:  
[www.horizonsdevie.com](http://www.horizonsdevie.com).

Cet institut de formation-action-coaching a été créé par Marie-Luce Dossche et Alain Losier.

Le dauphin n'attaque jamais gratuitement un congénère, préférant exploiter chez lui ce qui lui est profitable

## LA VAGUE DU DAUPHIN

Ce qui explique le concept et le symbole emprunté au dauphin dans le logo du centre Horizons 347. "Cet animal est le plus intelligent du monde aquatique. Jamais il n'attaque gratuitement un congénère, préférant exploiter chez lui ce qui lui est profitable, ce qui lui permet de demeurer dans un environnement toujours favorable. Il se caractérise aussi par sa vélocité, tout comme nos formations qui permettent d'atteindre des résultats promptement." ■

Relationnel  
Personnel  
Professionnel  
Spirituel



Des solutions efficaces et durables

### Développement personnel

Gérer ses émotions, changer ses comportements et ses habitudes qui limitent.

### Confiance en soi

Acquérir un ensemble d'attitudes pour atteindre ses objectifs à coup sûr.

### Objectifs de vie

Choisir et créer la vie souhaitée au plus profond de soi.

### Communication

Communiquer avec clarté et efficacité, dans le respect de chacun. Négocier et faire passer ses idées.

### Qualité relationnelle

Développer des relations constructives.

### Gestion d'équipe

Dynamiser et motiver ses équipes.

### Vision du monde

Développer sa flexibilité dans le respect et la tolérance des autres.