

AURÉLIE CASTIES



Formatrice & Accompagnatrice



IDENTIFIEZ ET DÉVELOPPEZ VOS FORCES AVEC LA PSYCHOLOGIE POSITIVE !

le samedi 10 mars de 14h à 17h ou
le jeudi 15 Mars 2018, de 18h à 21h

45 €

12 rue Suffren - Saint-Pierre

Contact :
aurelie.casties@gmail.com

Pour s'inscrire :
www.aureliecasties.fr

LES CARTES DE FORCES

by POSITRAN

Construit à partir des études scientifiques en Psychologie Positive, l'Atelier des forces va vous permettre d'identifier et de développer vos forces personnelles pour vous aider dans tous vos projets ! Apprendre à mieux vous connaître, à prendre confiance en vous, à réaliser des défis ou encore à manager différemment... Venez vivre cette expérience personnelle et de groupe !



par le Dr I

LES PARTICIPANTS TEMOIGNENT....

L'atelier des forces est un moment vrai de partage et d'introspection. Il m'a permis de mettre des mots sur ce que je savais de moi, sans ne me l'être jamais dit, ou du moins pas de cette façon. La bienveillance d'Aurélie installe un climat chaleureux, propice l'authenticité. J'en suis ressortie pleine d'une nouvelle énergie !
Ingrid, formatrice

Participer à cet atelier avec Aurélie Casties, a été une étape importante dans mon chemin de développement personnel.

L'outil en lui-même était parfait pour une prise de conscience de mes atouts et de ces forces que j'ai déjà utilisés dans le contexte personnel et professionnel et que je pourrai mobiliser encore.

Les atouts majeurs de notre formatrice sont sa grande empathie, sa bienveillance, sa sensibilité et son sens de l'écoute, qui lui permettent je pense de nous comprendre et nous mettre sur la piste de forces que nous n'aurions peut-être pas envisagées sans elle.

Elle voit juste, et ces forces désignées sont comme des cadeaux qui nous renforcent de manière perceptible.

Ce moment chargé en émotion est d'autant plus riche et authentique qu'il est partagé avec les autres stagiaires.

Audrey, Université de la Réunion



“
Utiliser ses forces est la plus petite chose que l'on puisse faire pour faire la plus grande différence

Alex Linley”

J'y ai participé sur le site de Saint-Pierre et je n'ai pas regretté le déplacement, Aurélie Casties est une super animatrice qui vous entraîne avec bienveillance à réfléchir et à vous exprimer.

Pour ma part, j'ai particulièrement apprécié l'exercice final qui consistait à se remémorer un souvenir et de penser à un moment où nous avons su utiliser notre force.

C'est une atelier qui pourrait être bénéfique à des demandeurs d'emploi ou des chômeurs de longue durée pour leur permettre de se "revigorer" et de prendre du recul, voir même un nouvel élan.

Denise, Dirigeante de Ho'Service, service d'assistance administrative