



## **ATELIER AUTO T.I.P.I en 3 séances.**

*Animé en Visio conférence interactive par Chantalle Servais, formée pour l'animation de groupe auto tipi, psychologue, thérapeute, enseignante certifiée en PNL*

T.I.P.I, technique d'identification sensorielle des peurs inconscientes, est une démarche efficace qui peut être mise en œuvre par toute personne, en complète autonomie. Il s'agit d'un apprentissage très rapide pour accéder à sa mémoire sensorielle.

L'objectif de TIPI est d'activer la capacité naturelle à se libérer des souffrances en passant par un revécu corporel léger.

### *SEANCE 1*

**Objectif : découvrir la méthode et l'explorer**

*Déroulement de la séance : alternance d'exposés et d'expérimentation, de feed-back, réalisation d'un guide d'auto pratique, choix d'un livre à lire.*

*Durée : 2h*

### *SEANCE 2*

**Objectif : explorer ses réactions comportementales : inhibition- fuite, agressivité, prise de pouvoir en situation de conflit.**

*Déroulement de la séance : retour d'expérience, choix de son mode favori de réaction, pratique de TIPI pour dépasser les blocages, fixation d'un objectif individuel pour la séance suivante.*

*Durée : 2h*

### *SEANCE 3*

**Objectif : mettre en commun les réussites et conduite à tenir pour le futur**

*Déroulement de la séance : partage d'expériences, sources de difficultés, recherche en groupe du « Comment développer et maintenir cette nouvelle compétence ? », l'apport du livre. Bilan.*

*Durée : 2h*

*Groupe limité à 6 personnes*

*Dates échelonnées sur 6 semaines, fixées après la constitution du groupe.*

*Animation des séances avec l'application Teams.*

**Tarif : 120€ à régler par virement bancaire ou chèque avant le démarrage.**