

*Les essentiels du*  
**NEURO-COACHING™**

---



# Neuro-Coaching™

Remédiation Cognitivo-Comportementale

## D'OÙ VIENT LE NEURO-COACHING ?

Il répond tout d'abord à un souci d'efficacité, c'est-à-dire celui d'obtenir des résultats probants et durables dans de courts délais.

 <p><b>Guy Hauray Dr</b> Créateur du NeuroCoaching™ et du Master Profiling™</p>	<p><i>Son créateur, Guy Hauray, a fait sa marque dans les arts martiaux en gagnant le championnat du monde de Karaté (Tampa, Floride, 1965).</i></p> <p><i>Ses études complétées en psychologie cognitive (doctorat – Irvine University), en sciences du comportement et en anthropologie sociale (master – Berkeley University), il se dirige vers le coaching dans les milieux du spectacle et des affaires où il fera très vite sa marque (voir WIKIPEDIA).</i></p> <p><a href="https://fr.wikipedia.org/wiki/Guy_Hauray#Biographie">https://fr.wikipedia.org/wiki/Guy_Hauray#Biographie</a></p>
 <p><b>Danielle Proulx-Hauray</b> Master sciences sociales (Université Laval)</p>	<p><i>Son expérience dans la formation pratique des étudiants en travail social de l'Université du Québec ainsi que le rôle de coordonnatrice et d'animatrice qu'elle y a tenu, l'ont qualifié pour devenir administratrice du Bureau de Direction de l'Ordre Professionnel des Travailleurs Sociaux du Québec (OPTSQ).</i></p> <p><i>Ses cinq années d'études, suivies de 15 années de pratique auprès du Docteur Guy Hauray, fondateur du Neuro-Coaching,™ ajoutées à son cursus, la qualifie aujourd'hui pour assurer un rôle à la fois de formatrice et de directrice des stages au CENTRE INTERNATIONAL DE NEUROCOACHING.</i></p>
 <p><b>Jocelyne Lemieux</b> Massothérapeute Neuro-Coach</p>	<p><i>Jocelyne Lemieux, massothérapeute et Neuro-Coach, propose ses services en milieu d'entreprise afin d'accompagner les personnes à gérer leur stress tant au plan physique que psychologique.</i></p> <p><i>Elle travaille en collaboration avec les services du DRH et le département Santé-Sécurité. Elle attache une importance particulière à l'environnement et l'ergonomie des postes de travail.</i></p> <p><i>Dans la pratique elle a fait sa marque en alliant Naturopathie et Neuro-Coaching™ pour le maintien du poids-santé et la réduction de la surcharge pondérale.</i></p> <p><i>Da part ses compétences, Jocelyne a été sélectionnée pour compléter le stage de formatrice en Neuro-Coaching™ et rejoindre Guy, Danielle et Amos pour la formation des Neuro-Coaches de demain.</i></p>



**Neuro-Coaching™**

Remédiation Cognitivo-Comportementale

## LE SUCCÈS DU NEURO-COACHING™

La réputation d'efficacité, de rapidité et de durabilité des résultats de la méthode se vérifie depuis la fin des années 80. Guy Hauray est un expert-conseil reconnu auprès de personnalités comme Richard Gere, Cindy Lauper, Jeanne Moreau, Nicolas Cage, Michael Douglas, Tina Turner, ... Plus d'informations sur le site internet : <https://stressexpert-neurocoaching.com/>

## ACCREDITATION SCIENTIFIQUE DU NEURO-COACHING™

En mars 2016, Michaël Zugaro, directeur de recherches au CNRS – PARIS, confirmait de façon définitive que les derniers messages adressés au cerveau, pendant la période d'endormissement, sont rejoués la nuit et provoquent des changements dans les habitudes, réflexes et comportements.

Ceci explique la transmission, par le Neuro-Coach, de séquences audio de Remédiation Cognitivo-Comportementale à pratiquer le soir au coucher.

## OÙ SE SITUE LE NEURO-COACHING™

**PSYCHOTHÉRAPIE** => relativiser l'impact des mémoires traumatiques

**HYPNOTHÉRAPIE** => traiter peurs et phobies par la suggestion

**COACHING** => construire confiance et motivation en fonction d'un objectif.

**NEURO-COACHING** => engager des changements dans les automatismes de comportement, développer de nouveaux réflexes, stimuler les facultés de résilience et de performance à l'abri du stress.

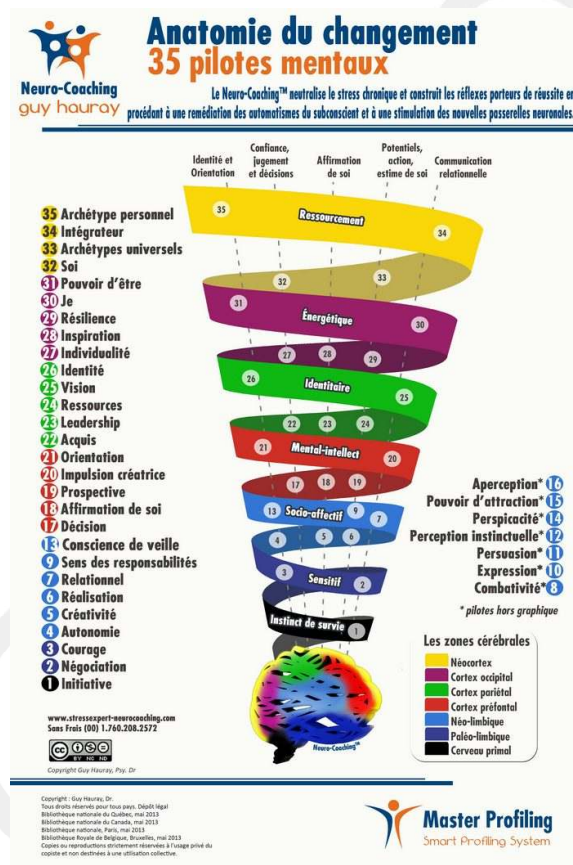
Le Neuro-Coaching™ est reconnu pour l'impact bénéfique généré par la combinaison MINDSET + Remédiation Cognitivo-Comportementale.



# Neuro-Coaching™

Remédiation Cognitivo-Comportementale

La méthode vise à construire une force mentale garante de l'épanouissement de l'être humain. Sans se classer comme une thérapie, la méthode de Neuro-Coaching™ est notamment reconnue par de nombreux thérapeutes et coachs pour son efficacité aussi bien en pratique privée que dans le milieu des entreprises et des écoles d'exécutive coaching.



<https://stressexpert-neurocoaching.com/boutique/>



# Neuro-Coaching™

Remédiation Cognitivo-Comportementale

## LE NEURO-COACHING™ DANS SA PRATIQUE

Le Neuro-Coaching™ s'adresse, pour la plupart du temps, à des personnes stressées dont l'état exige des résultats rapides, tangibles et durables.

Rappelons que le stress n'est pas une maladie en soi mais que s'il perdure et que ses effets sont dissimulés par un abus de psychotropes, il est susceptible d'être à l'origine de sérieuses pathologies.

Le désajustement nerveux observé chez les personnes stressées et addictives contribue à accélérer un affaiblissement notable de leurs :

- ◆ Défenses immunitaires
- ◆ Capacités mnésiques
- ◆ Pouvoirs de concentration, attention et adaptation
- ◆ Facultés de performance et d'efficacité
- ◆ Discernement et cohérence
- ◆ Intelligence projective et anticipative
- ◆ Capacités psychiques de médiation et de négociation

## DES RÉPONSES AUX BESOINS ACTUELS

- ◆ Préparation mentale aux études, examens, concours, prise de parole en public, épreuves en tous genres.
- ◆ Processus de Burn-Out / prévention, remédiation et retour au travail
- ◆ Stress chronique
- ◆ Stress post-traumatique (TSPT)
- ◆ Dépendances et addictions / réinsertion - resocialisation
- ◆ Réorientation professionnelle et transitions de vie
- ◆ Prise de décision
- ◆ Profil de personnalité et évaluation des potentiels
- ◆ Confiance et optimisation des potentiels
- ◆ Animation, conférences et coaching de groupe au sein des organisations



# Neuro-Coaching™

Remédiation Cognitivo-Comportementale

## LES CHAMPS D'APPLICATION DU NEURO-COACHING™

### *gestion du stress*

#### STRESS CHRONIQUE

Reconstruire les pilotes neurocomportementaux responsables du stress de performance.

#### STRESS POST-TRAUMATIQUE

Reconstruire les pilotes neurocomportementaux responsables du stress post-traumatique -  
remédiation des flash-back et des addictions associées.

#### PRÉVENTION BURNOUT

Recentrage sur priorités, discernement, relativisation, équilibre émotionnel, vitalité,  
motivation.

#### PRÉPARATION MENTALE POST-BURNOUT

Préparer son retour au travail avec un mental fort, une bonne vitalité et la motivation qui  
fera la différence. Le but est d'éviter la rechute et de retrouver ses chances d'avancement.

### *préparation mentale*

#### EXAMENS - CONCOURS

Préparation mentale, capacité de concentration, gestion de l'angoisse.

#### TRANSITION DE VIE - RÉORIENTATION DE CARRIÈRE

Construction de nouveaux repères psychiques, définir une orientation en fonction des  
valeurs, potentiels et ambition.

#### PRÉPARATION À LA PRISE DE POSTE

Stimuler ses capacités de leadership transformationnel.



**Neuro-Coaching™**

Remédiation Cognitivo-Comportementale

## LES CHAMPS D'APPLICATION DU NEURO-COACHING™

### RÉSOLUTION DE CONFLIT

Saisir les luttes d'ego et les jeux de pouvoirs, apprendre à s'en distancer et se construire l'état psychique d'absence-présence pour proposer des solutions attrayantes pour les deux parties.

### *dépendances & addictions*

#### ADDICTIONS - TABAC - ALCOOL - SUCRE - JEUX DE HASARD

Reconstruire les circuits et automatismes de récompense, de fuite et d'évacuation du stress.

#### DÉPENDANCE AFFECTIVE

S'affranchir des liens de dépendance et se construire une identité propre.

#### PRÉPARATION MENTALE POST-ADDICTION

Reconstruction de l'estime de soi et préparation à la réinsertion sociale.

### *entreprises - organismes de formation*

### *thématiques courantes.*

=> PRÉVENTION DU BURN-OUT

=> GESTION DE L'ANXIÉTÉ DE PERFORMANCE

=> INTELLIGENCE PROJECTIVE & MOTIVATION

=> COMMUNICATION INTER-RELATIONNELLE



# Neuro-Coaching™

Remédiation Cognitivo-Comportementale

## NEUROGENÈSE ET NEUROPLASTICITÉ

Notons que les tests scientifiques réalisés en neurosciences établissent que, dans son fonctionnement, le cerveau ne fait pas de différence entre le fictif et le réel et ne fait pas non plus de distinction entre le passé, le présent et le futur.

Ainsi à chaque seconde, le cerveau se modifie en fonction des expériences affectives, psychiques et cognitives vécues, c'est ce qu'on appelle la neuroplasticité.

**Pour parvenir à allier bien-être et performance chez la personne, l'on va neutraliser les effets du stress et développer de nouveaux réflexes et automatismes de comportement.**

Il suffit qu'une série de puissants stimuli soit synchronisée pour que le codage neuronal engage la construction de nouveaux circuits neuronaux lesquels donneront naissance à des automatismes de comportement et des réflexes porteurs de réussite **congruents avec la nature, les potentiels et les ambitions de la personne.**

## LA REMÉDIATION COGNITIVO-COMPORTEMENTALE

La Remédiation Cognitivo-Comportementale, telle que pratiquée en Neuro-Coaching™, dure 21 minutes, se pratique en léger état de détente et en **état optimal de perception..**

Au cours de la remédiation, l'accent est mis sur la construction des facultés de recentration, d'attention, de concentration, d'anticipation, d'adaptation et d'apprentissage et ce, de façon naturelle et **sans aucun danger pour la santé psychique de la personne.**

L'alternance Coaching Mental (MINDSET) - Remédiation Cognitivo-Comportementale procède à la fois à un codage, à une synchronisation et à une stimulation des passerelles neuronales reliant les 7 zones cérébrales influençant les automatismes de comportement sujets à déviance.

Cette combinaison construit un mental gagnant et un grand confort psychique. Ceci explique que le Neuro-Coaching™ soit aujourd'hui adopté par un nombre grandissant de cadres-dirigeants et de sportifs de haut niveau.



# QUELQUES MOTS SUR L'ERGONOMIE DU CERVEAU

## LES 7 ZONES CÉRÉBRALES INFLUENTES

### ◆ LE CERVEAU PRIMAL (REPTILIEN)

Associé à l'instinct de survie, sa fonction est de gérer les comportements réactifs en cas de perception de danger : fuite, attaque (agressivité) ou paralysie

### ◆ LA RÉGION PALÉO-LIMBIQUE

La région paléo-limbique forme la partie la plus ancienne de la zone du système limbique, située juste au-dessous du corps calleux. Cette partie comprend notamment les amygdales limbiques, situées dans la profondeur du cerveau et gère les rapports de force, ce que nous nommons le positionnement grégaire (esprit de troupeau, conscience de groupe, panurgisme).

### ◆ LE NÉOCORTEX SENSORIMOTEUR ET LE CORTEX NÉO-LIMBIQUE

Regroupant le vieux cortex néo-limbique situé dans la fente entre les hémisphères cérébraux (au-dessus du corps calleux) et le néocortex sensori-moteur, qui constitue les parties médianes et postérieures de la convexité du cortex, le cortex automatique a un accès privilégié à la conscience.

Sa fonction est de gérer le basique, le connu et le quotidien. C'est lui qui décide de passer la main au préfrontal dans les situations nouvelles et/ou complexes. Ce qu'il ne fait que trop rarement. Car les valeurs préfrontales sont à l'opposé des siennes. Ce conflit et sa gestion est un axe important en Neuro-Coaching™

### ◆ LE NÉOCORTEX PRÉFRONTAL ET LE CERVEAU PRIMAL

Le néocortex préfrontal et le cerveau reptilien forment un curieux tandem (le niveau plus primitif recruté par le plus intelligent) pour faire sentir, via le stress, le désaccord du préfrontal inconscient avec des idées ou activités non adaptatives, générées par les territoires automatiques.

### ◆ LE NÉOCORTEX

Donne accès à la NOTION DE SPATIO-TEMPOREL. Le multidimensionnel, l'acceptation de l'inconnu et des possibilités inexplorées. Métaphoriquement il est identifié comme *l'espace du possible*.

# LES 7 RÈGLES D'OR POUR CONSTRUIRE UN MENTAL GAGNANT

Le Neuro-Coaching™ est reconnu pour son formidable impact à court terme quant il s'agit d'éliminer le stress de performance, se reconstruire, se libérer d'automatismes destructeurs et synchroniser de nouveaux réflexes.

**Voici les 7 clés d'or qui expliquent son efficacité :**

1. **PRÉALABLE**  
Respecter les protocoles de COACHING MENTAL visant à fixer un objectif précis porteur de motivation.
  2. **ERGONOMIE DU CERVEAU**  
Se concentrer sur une seule aire cérébrale à la fois.  
Si par exemple le coaché éprouve des difficultés dans les rapports de force ou luttes d'egos, l'on se concentrera sur la zone du PALÉO-LIMBIQUE.
  3. **REMÉDIATION COGNITIVO-COMPORTEMENTALE**  
La séquence de remédiation doit être pratiquée dans la période de préparation au sommeil. Les stimuli adressés au subconscient ne doivent, en aucun cas, être perturbés par une distraction.
  4. **21 MINUTES**  
C'est la durée maximale d'attention soutenue de l'être humain.  
C'est durant cette période que les stimuli ont l'impact le plus puissant.
  5. **LÂCHER-PRISE**  
On laisse le subconscient prendre graduellement le relai sur le mental.  
On accueille le dialogue métaphorique du subconscient sur le mode Dialogue-Affirmation-Décision-Action (DADA) et sur le tempo adéquat.
  6. **SOMMEIL RÉPARATEUR**  
Durant le sommeil, les algorithmes du cerveau créent les chemins neuronaux initiateurs de nouveaux automatismes et réflexes qui deviendront une seconde nature.
- TOUT EFFORT DE VOLONTÉ EST CONTRE-PRODUCTIF.**
7. **LIEN JUMEAU (twin) SUBCONSCIENT-CONSCIENT**  
Le COACHING MENTAL qui ferme la boucle d'une séance de Neuro-Coaching™ fait émerger de nouveaux modes mentaux congruents avec la nature, les facultés et les aspirations de la personne.



## LES 9 PHASES DU BURN-OUT (1)

1. **AMBITION UTOPIQUE** : est sujette au burn-out la personne compulsive, voulant à **tout prix** faire ses preuves que ce soit au travail, dans sa carrière sportive ou artistique ou autre. Est aussi sujette au burn-out, la personne qui vise l'excellence et a soif d'une reconnaissance personnelle sans pour autant disposer de la force mentale ou physique nécessaire.

**NOTE** : les mères de famille font également des burn-out.

2. **EXIGENCES EXCESSIVES** : parce que la personne veut absolument y arriver et veut se prouver qu'elle est capable de dépasser ses limites. On constate un stress de la performance exagéré, un **effort de volonté permanent**, de concentration de tous les instants, voire d'acharnement.

**NOTE** : à ce stade, l'on observe souvent une surcharge de responsabilités (familiales, professionnelles, etc.) dont la provenance est souvent une carence de valorisation en début de vie.

3. **MÉCONNAISSANCE OU DÉNI DE SES PROPRES BESOINS** : toute l'énergie étant consacrée au travail, il n'en reste plus guère pour la famille, les amis, les loisirs, le sport, la détente. Bien souvent, les besoins somatiques de base (sommeil, alimentation, détente...) sont négligés bien avant l'apparition du processus de burn-out.

**NOTE** : l'aspect ludique de la vie disparaît graduellement, la vie n'est faite que de devoirs, d'obligations et d'urgences.

4. **STRESS RELATIONNEL ET RETRAIT** : difficultés à faire face aux tensions interpersonnelles. La personne prend conscience qu'il y a quelque chose qui ne va pas mais elle ne comprend pas ce qui se passe. Elle a de plus en plus tendance à fuir les conflits et les tensions, y compris les siennes propres.

**NOTE** : à ce stade les problèmes de communication sont souvent inhibés par la prise de stupéfiants, d'alcool, de tabac, de drogues licites (anxiolytiques, etc.) ou autres dépendances. L'isolement s'aggrave.

**C'est à ce stade qu'il est recommandé de consulter afin d'enrayer le processus de burn-out.**



**Neuro-Coaching™**

Remédiation Cognitivo-Comportementale

## LES 9 PHASES DU BURN-OUT (2)

**5. CHANGEMENT COMPORTEMENTAUX** : la fatigue devient évidente, retrait marqué, signes de stress. Les signaux avant-coureurs du burn-out sont suffisants pour que les collègues et/ou les supérieurs en informe le DRH ou autres personnes-ressources.

**NOTE** : le sujet étant dans le déni, c'est à l'entourage qu'il revient d'intervenir avec une fermeté bienveillante.

**6. DÉPERSONNALISATION** : l'état de fatigue s'accroissant, la personne cesse de prêter attention à ses besoins et à ceux d'autrui. Son champ de vision se restreint, elle ne traite plus vraiment les autres comme des personnes, ni elle-même d'ailleurs, tant elle est focalisée sur son but.

**NOTE** : le désintérêt pour ses besoins fondamentaux et pour son hygiène de vie accentue l'isolement du sujet

**7. ANGOISSE EXISTENTIELLE** : apathie, neurasthénie, perte de repères.

**NOTE** : pour fuir cet état de vide, la personne va recourir à divers expédients et/ou compulsions, sexe, drogues, etc. pour retrouver des sensations et se sentir exister.

**8. DÉPRESSION** : le burn-out inclut souvent des symptômes de dépression déclenchés par un fort sentiment d'impuissance.

**NOTE** : l'absence de perspectives d'avenir, l'épuisement, l'indifférence, le sentiment d'être inutile ou de représenter une nuisance pour l'entourage, la honte, la perte d'identité, etc. peuvent provoquer un **processus suicidaire**...

**9. EFFONDREMENT** : la personne n'a plus aucune volonté ni aucune capacité de résilience. À ce stade, elle doit être prise en charge par les spécialistes de la santé mentale et physique.

**NOTE** : le jugement de la personne en burn-out étant altéré, il lui est fortement déconseillé de se livrer à un autodiagnostic ou à une automédication.

## LE MASTER-PROFILING™ (1)

Le Master Profiling System™ est une méthode conceptualisée par Guy Hauray, le fondateur du Neuro-Coaching™, reposant uniquement sur un mode déclaratif verbal.

Ce principe de neurosciences appliquées procure au Coach-Profileur les éléments pertinents pour établir des recommandations et concevoir un plan de Neuro-Coaching™ tenant compte de toutes les composantes de la personne à coacher.

**Évaluation des moteurs psychiques** : santé émotionnelle – motivation intrinsèque  
capacités décisionnelles – capacités adaptatives

**Évaluation des facteurs de stress** : confiance en soi – prise de parole en public  
stress de performance – stress relationnel

**Évaluation des potentiels** : talents - dons - potentiels - transitions de vie -  
réorientation de carrière

### LES BASES

- Le MASTER PROFILING SYSTEM™ s'appuie sur la fonctionnalité de 35 Pilotes Neuro-Comportementaux répartis sur 7 aires cérébrales influençant les comportements et les réflexes de la personne.
- La fonctionnalité de chaque Pilote Neuro-Comportemental est évaluée à l'aide d'une moyenne de 12 questions verbales.
- La durée de chaque réponse est limitée à 10 secondes pour **éviter l'intellectualisation-dévitalisation de la réponse.**
- La durée d'une session de **195 questions** est de **55 minutes**

Le tempo, la formulation et le désordre apparent des questions vise à **déjouer la logique déductive** du cerveau afin d'obtenir de celui-ci des **réponses spontanées** dépouillées de justifications ou d'explications.

### AUCUN TEST ÉCRIT

- En engageant un dialogue en **mode déclaratif uniquement verbal** avec son coaché, le Profileur-Conseil pourra sonder sa vision de l'avenir, sa perception de soi et des autres, ses ressources émotionnelles, ses empreintes comportementales, ses motivations.
- **Aucun test écrit n'est requis**, le MASTER PROFILING SYSTEM™ laisse la personne s'exprimer dans son propre langage et ne suggère aucun élément de réponse.
- Le MASTER PROFILING SYSTEM™ évite l'ennui des tests écrits et permet au Profileur-Conseil d'être présent pendant l'intégralité des 55 minutes que dure une séance d'évaluation.

FACTEURS DE COMPORTEMENT	MARQUEURS PSYCHIQUES	RESSOURCES ÉMOTIONNELLES	MOTIVATION INTRINSÈQUE
<i>Évaluation des Aptitudes aux changements</i>	<i>Évaluation des influences et des empreintes</i>	<i>Identification des qualités émotionnelles présentes</i>	<i>Évaluation des éléments constitutifs de la motivation</i>
◇ Recherche nouveauté	◇ Empreinte maternelle	◇ Maîtrise de Soi	◇ Exigence de perfection
◇ Attitude face à l'épreuve	◇ Empreinte paternelle	◇ Capacité de nommer et exprimer ses émotions	◇ Engagement
◇ Besoin reconnaissance	◇ Transgénérationnel	◇ Empathie	◇ Initiative
◇ Reproduction	◇ Partenaire	◇ Passion du service	◇ Optimisme
◇ Adaptation	◇ Foyer - Famille	◇ Conscience professionnelle	◇ Intelligence projective
◇ Transformation	◇ Deuils marquants	◇ Capacité à prendre des nouveaux risques-	◇ Anticipation
◇ Innovation		◇ Assurance / Confiance dans ses rapports humains	

**LE MASTER PROFILING SYSTEM™ REPRÉSENTE UN OUTIL DE LECTURE EXCEPTIONNEL, CONÇU POUR ANALYSER LES COMPORTEMENTS RELATIONNELS INDIVIDUELS OU AU SEIN DES ORGANISATIONS.**

HABILETÉS RELATIONNELLES	MODE DE COMMUNICATION	POTENTIELS	NIVEAU DE STRESS
<i>Évaluation des capacités relationnelles</i>	<i>Identification du mode privilégié de communication</i>	<i>Identification des forces et faiblesses présentes</i>	<i>Évaluation des risques de Burn-Out et de Burn-In</i>
◇ Extraversion ou Introversion	◇ Rationnel	◇ Pouvoir d'action	◇ Stress de performance
◇ Influence	◇ Actif	◇ Volonté	◇ Stress relationnel (conflits)
◇ Communication	◇ Affectif	◇ Combativité	◇ Stress Post-Traumatique
◇ Direction	◇ Conceptuel	◇ Force de conviction	◇ Stress chronique lié à l' <b>Anxiété</b>
◇ Sens Politique et de la Médiation	◇ Perceptuel	◇ Aptitude au commandement	◇ Stress chronique lié à l' <b>Angoisse</b>
◇ Sens de la Collaboration et de la Coopération		◇ Créativité artistique	
		◇ Capacité d'abstraction	

## DEVENIR NEUROCOACH

Les premiers à se tourner vers la formation en Neuro-Coaching™ furent les médecins, chirurgiens, médecins psychiatres, dentistes, psychologues, sophrologues, psychothérapeutes.

Suivirent ensuite les executive coachs, hypnothérapeutes, sexologues, coachs sportifs et praticiens en PNL.

## LES CLINIQUES DE DÉSINTOX



Manon Lacroix

*Au Canada plusieurs psychothérapeutes comme Manon Lacroix ont adopté la méthode de Neuro-Coaching™ et œuvrent au sein de cliniques de désintoxication pour assurer aux patients un service de reconstruction psychique favorisant, après une cure, un sens à leur réinsertion socio-professionnelle.*

Le Neuro-Coaching™ est réputé obtenir des résultats rapides et probants dans les cas de TSPT (trouble de stress post-traumatique) jumelé à une addiction aux psychotropes.

## LES MILIEUX DE L'ENSEIGNEMENT



Kristel Vermeulen

*En France, en novembre 2017, Kristel Vermeulen, pharmacienne et Neuro-Coach, était appelée à rejoindre le COMITÉ MACRON pour plancher sur l'introduction des neurosciences en milieu scolaire.*

Dans certains pays comme la France, la mise en place d'outils pédagogiques et de méthodes d'enseignement adossées aux neurosciences est en bonne voie.

Il est maintenant admis que le cerveau de l'enfant ne fonctionne pas comme le cerveau de l'ado, lequel ne fonctionne pas comme le cerveau de l'adulte.

Ainsi, pour l'ado, il est parfaitement impossible de se projeter dans l'avenir. En effet certaines fonctions de son cerveau sont en processus de construction et son intelligence projective n'est pas pleinement fonctionnelle.

Les enseignants et éducateurs prendront du temps à adapter les structures d'enseignement à la réalité psychique des ADOS.

## LE MILIEU ARTISTIQUE



Hamid Targui

*Hamid Targui, ex-danseur étoile des ballets de Maurice Béjart, est aujourd'hui chorégraphe et Neuro-Coach.*

*Il intervient régulièrement auprès des écoles, compagnies, institutions et associations en Belgique, France, Luxembourg, Autriche et Pays-bas.*



Guy Hauray  
Cyndi Lauper

*Guy Hauray, créateur du Neuro-Coaching, s'est lui-même fait connaître en faisant retrouver la voix à Cyndi Lauper en 1979*

*Par la suite, il a coaché de très nombreux acteurs du showbiz (chanteurs, musiciens, acteurs, danseurs, etc.)*

## LA PRISE DE PAROLE EN PUBLIC



Daniel  
Murgui-Tomas

*Daniel MURGUI-TOMAS, diplômé en Neuro-Coaching™ est dirigeant –formateur en charge des formations prise de parole & mediatraining de la BOÎTE AUX IMAGES.*

*Spécialisé dans les formations en image publique pour dirigeants et l'entraînement de porte-paroles d'entreprises, Daniel propose de courts parcours individuels afin de développer sa confiance en soi, accroître son capital sympathie, gagner en charisme à l'oral, construire son personnage public...*

*Daniel nous dit: « Avec le concept d'alternance coaching mental et de séances de Remédiation Cognitivo-Comportementale, le Neuro-Coaching™ est particulièrement adapté en prise de parole en public, leadership, confiance en soi et motivation intrinsèque.»*

## MASSOTHÉRAPIE & NATUROPATHIE



Jocelyne Lemieux

*Jocelyne Lemieux, massothérapeute et Neuro-Coach, propose ses services en milieu d'entreprise afin d'accompagner les personnes à gérer leur stress tant au plan physique que psychologique.*

*Elle travaille en collaboration avec les services du DRH et le département Santé-Sécurité. Elle attache une importance particulière à l'environnement et l'ergonomie des postes de travail.*

*Dans la pratique elle a fait sa marque en alliant Naturopathie et Neuro-Coaching™ pour le maintien du poids-santé et la réduction de la surcharge pondérale.*

*Da part ses compétences, Jocelyne a été sélectionnée pour compléter le stage de formatrice en Neuro-Coaching™ et rejoindre Guy, Danielle et Amos pour la formation des Neuro-Coaches de demain.*



## ANIMATION DE GROUPE & DÉVELOPPEMENT PERSONNEL



Johanne Lazure

*Johanne Lazure et Denis Geoffrion, tout deux Neuro-Coaches depuis 2010, ont développé un projet de couple avec le Neuro-Coaching™*

*Ensemble, ils proposent des ateliers de groupe qui offrent un éventail de repères et d'outils. Le programme est présenté sur une période d'un an, à raison de trois sessions bien distinctes qui amènent les participants à retrouver le calme, la confiance et la paix intérieure.*



Denis Geoffrion

*Pour Johanne, chaque étape de Neuro-Coaching™, entraîne l'être humain vers un SAVOIR ÊTRE.*

*Denis nous dit : « Notre but est d'aider les participants à vivre une vie sans attente et sans jugement, avec confiance et liberté ! »*

## L'ENTREPRISE



Jean-Luc  
Matthys

*Jean-Luc Matthys, Neuro-Coach depuis 2015, a passé plus de trente années au sein de différentes multinationales en tant que salarié ou encore en tant que consultant, avec pour mission majeure : la définition d'une vision, la construction de stratégies pour atteindre des buts définis, le management du changement, l'optimisation des opérations et le développement d'équipes gagnantes.*

*Ce que Jean-Luc nous dit : « Aujourd'hui, je combine cette expérience avec ma casquette de Neuro-Coach afin d'encadrer les jeunes entrepreneurs ou encore des chefs d'entreprise, en vue de les aider à relever leurs défis. »*

*Sa pratique du Neuro-Coaching™ a d'ailleurs redéfini son approche du mentoring, du coaching, de la consultance pour accompagner les start-up, les PME en quête de développement, de renouvellement et de repositionnement stratégique.*



Luc Cardinal

*En 2011, Luc Cardinal, après avoir obtenu son diplôme de Neuro-Coach, fonde le **In-Flight Coaching**.*

*Engagé par une multinationale canadienne possédant des succursales «coast to coast» aux États-Unis, il spécialise très vite dans le champ de la communication relationnelle.*

*En 2014, Luc fonde NUCO INTERNATIONAL et offre des services spécialisés dans les milieux de la banque, de l'assurance et de diverses industries et sociétés de service telles que : Air Canada, Banque Royale, Banque TD, BJ Media, Bombardier, Carat, CCCR, Desjardins, IBM, Informatique, Manuvie, Omya, Pfizer, PLB International, Rogers, SDA3, Sun Life, Triton Digital, Via Rail.*

***Aujourd'hui, de nombreux concepts de stages, séminaires et conférences sont accessibles au Neuro-Coach. Il sont spécialement étudiés pour aider les entreprises à performer à l'abri des risques de Burn-Out et des conflits les plus courants. Conjuguant performance et bien-être au sein des équipes, le nombre de Neuro-Coaches intervenant en entreprise va grandissant.***

## VOTRE FORMATEUR—ANIMATRICE—CONFÉRENCIÈRE



*Jocelyne Lemieux* massothérapeute et Neuro-Coach, propose ses services en milieu d'entreprise afin d'accompagner les personnes à gérer leur stress tant au plan physique que psychologique.

*Elle travaille en collaboration avec les services du DRH et le département Santé-Sécurité. Elle attache une importance particulière à l'environnement et l'ergonomie des postes de travail.*

### UN PARCOURS RICHE DE CONNAISSANCES ET D'EXPÉRIENCES

Diplômée en massothérapie de l'École de Massothérapie Lajeunesse en 1998. C'est en 2001 que j'ai développé ma pratique autonome auprès d'une clientèle exigeante. En parallèle de mes activités professionnelles, j'ai étudié la réflexologie intégrale à l'École de Réflexologie Intégrale (diplômée mars 2006), la kinésithérapie à l'école de SANTÉ NATURO 2001 (diplômée juin 2006). Suite à cela, j'ai développé une expertise me permettant d'utiliser l'Antenne de Lecher et mieux comprendre le fonctionnement de l'énergie dans le corps humain (graduée en nov. 2007). Enfin, chaque année depuis l'obtention de mon diplôme de massothérapeute, j'ai perfectionné ma technique de massage en suivant des stages thématiques à GUIJEK, Institut québécois pour la santé intégrale.

### UNE EXPERTISE EN MILIEU DE TRAVAIL

Au service des entreprises depuis 2004, je soulage les tensions musculaires dû au stress chronique. En dialoguant avec les employés durant leur séance, j'identifie la source de la douleur pouvant être causée par un stress passif. Au besoin, lorsque je découvre qu'une douleur pourrait être reliée à de l'équipement, j'avise le département de santé sécurité et propose des solutions mieux adaptées afin que leur employé se blesse moins et soit plus rentable et heureux de travailler pour eux.

### SAVOIR ALLIER SOULAGEMENT PHYSIQUE ET COACHING MENTAL

C'est en 2013 que j'ai complété mon diplôme de Neuro-Coach à l'Institut de Profiling et de Neuro-Coaching (IPNC) afin d'apporter un support psychologique à mes clients. Sachant qu'une douleur physique se répercute sur l'efficacité puisque celle-ci gruge dans l'énergie de la personne, cela entraîne inévitablement une fatigue mentale. Le stress chronique qui en résulte peut aussi créer un problème physique à long terme. Pour mieux soulager certaines tensions générées par le stress chronique, je favorise le dialogue, l'écoute et la prise de conscience des facteurs déclencheurs des maux et douleurs.

Par mon approche créative et énergétique, j'accompagne les personnes à entendre et reconnaître leur raison d'être. Je les aide à voir leur valeur profonde afin de les reconnecter à leur force pour une vie plus harmonieuse et épanouissante. C'est dans la perspective de participer à la formation des Neuro-Coaches de demain que je rejoins aujourd'hui l'équipe de Guy Hauray et Danielle Proulx.

# LES THÉMATIQUES PROPOSÉES PAR JOCELYNE LEMIEUX

## ATELIERS & SÉMINAIRES DE DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

Je propose une série de 7 ateliers-focus en intra – chacun des ateliers-focus se conjugue en 2 phases de 3 heures et comprend une partie théorique et une partie pratique – **tarif sur devis**

- ◇ LES FORMES DE STRESS ET LES SOLUTIONS EN NEUROCOACHING – PHASE-1
- ◇ LES FORMES DE STRESS ET LES SOLUTIONS EN NEUROCOACHING – PHASE-2
- ◇ NEUROSCIENCES ET PSYCHOSOMATISATION – PHASE-1
- ◇ NEUROSCIENCES ET PSYCHOSOMATISATION – PHASE-2
- ◇ NEUROSCIENCES ET STRESS RELATIONNEL – PHASE-1
- ◇ NEUROSCIENCES ET STRESS RELATIONNEL – PHASE-2
- ◇ NEUROSCIENCES ET STRESS DE PERFORMANCE – PHASE-1
- ◇ NEUROSCIENCES ET STRESS DE PERFORMANCE – PHASE-2
- ◇ NEUROSCIENCES ET BURN-OUT – PHASE-1
- ◇ NEUROSCIENCES ET BURN OUT – PHASE-2
- ◇ NEUROSCIENCES ET RÉOLUTION DE CONFLITS – PHASE-1
- ◇ NEUROSCIENCES ET RÉOLUTIONS DE CONFLITS – PHASE-2
- ◇ NEUROSCIENCES ET ADDICTIONS – PHASE-1
- ◇ NEUROSCIENCES ET ADDICTIONS – PHASE-2

## FORMATION PROFESSIONNELLE

- ◇ **CERTIFICATS DE COACH-CONSULTANT EN NEURO-COACHING™**

# POUR REJOINDRE

**JOCELYNE LEMIEUX**

Téléphone : +1 514 882 6284 / +1 514 331 6703

E.mail: [lemieux\\_jocelyne@hotmail.com](mailto:lemieux_jocelyne@hotmail.com)

PAGE WEB SUR LE SITE DU FONDATEUR :

<https://stressexpert-neurocoaching.com/jocelyne-lemieux/>

