

”

*Il y a des chemins pour passer de la violence à la paix,  
de la peur à l'amour, ces chemins sont intérieurs.*

Byron Katie



#### Mireille Gounon

Le Travail de Byron Katie a croisé ma route il y a quelques années. Ma vie quotidienne si souvent freinée par la réactivité, de l'appréhension, des doutes en a été radicalement transformée.

J'ai appris à repérer et questionner ces pensées qui déforment les choses, jugent les autres et interprètent les faits.

Ma motivation pour faire vivre cette approche précieuse et la transmettre à d'autres ne cesse de grandir.

Facilitatrice Certifiée du Travail de Byron Katie, psychologue clinicienne et coach professionnel, je propose un accompagnement personnalisé individuellement ou en groupe.

**Contact :** [mireillegounon@hotmail.com](mailto:mireillegounon@hotmail.com) +41 (0)79 237 97 30  
[www.thework-gounon.ch](http://www.thework-gounon.ch)



#### Nathalie Membrez

Depuis 2008, le Travail de Byron Katie soutient de façon magistrale mon chemin vers l'ouverture, la confiance, la présence et la créativité, il me montre et me permet d'être qui ou ce que j'aime être.

Formée à la Communication NonViolente de Marshall Rosenberg, facilitatrice pour le Travail, j'anime, je partage, je transmets avec bonheur et enthousiasme cet approfondissement de l'accompagnement. Il permet d'instaurer une régularité dans l'exploration des pensées limitantes de la vie personnelle autant que professionnelle et offre de solides clés pour accompagner les autres.

**Contact :** [natmembrez@bluewin.ch](mailto:natmembrez@bluewin.ch) +41 (0)79 454 97 11  
[www.le-travail.ch](http://www.le-travail.ch)

#### Lieu

Le Clos des Capucins - 73170 Yenne, France.  
Tél : +33 (0)4 79 36 85 70 - [www.clos-des-capucins.com](http://www.clos-des-capucins.com).

#### Tarifs

€ 1'600.- pour 12 jours de cours (sans pension et logement).  
Pension et logement € 450.- en chambre double (la semaine).

#### Dates 2020-2021

du lundi 12 octobre 2020 à 14h au samedi 17 octobre à 16h et  
du lundi 8 mars 2021 à 14h au samedi 13 mars à 16h

## Le Travail de Byron Katie



## Approfondissement de l'accompagnement

2020 - 2021

Yenne / Savoie

Avec Mireille Gounon et Nathalie Membrez



# Approfondissement de l'accompagnement

**Deux semaines pour acquérir une base et une aisance dans la pratique du Travail pour soi et avec les autres.**

Ce programme s'adresse aux thérapeutes de différents horizons, aux conseillers, aux assistants sociaux, aux psychologues, aux médiateurs, aux personnes actives dans les soins et toutes celles qui sont intéressées à approfondir leur connaissance d'elles-mêmes.

“ *Le monde est ce que vous croyez qu'il est et il change lorsque vous changez.*

Byron Katie

Au delà d'un contenu théorique faire l'expérience de l'application personnelle et pratique de cette démarche dans différents contextes de vie.

Les participants vont vivre leur propre processus et apprendre à accompagner les autres. Les expériences personnelles forment les conditions de base de l'utilisation du Travail avec les clients.

Ce Travail construit à partir des questions et des retournements appliqués à une pensée stressante apporte une profonde compréhension de la relation psycho-physique de la vie et de la manière de fonctionner de notre mental et de nos raisonnements. Il amène à plus de clarté et de liberté intérieures pour démêler les implications émotionnelles et la résolution ou dissolution des concepts encombrants.

**Recommandation :** Avoir suivi une introduction de deux jours au moins au Travail de Byron Katie.

# Déroulement du programme

## 1<sup>ère</sup> semaine

### Partie 1 : Fondement et Utilisation de la démarche

Se familiariser avec la technique des questions et des retournements. Identifier les convictions/croyances stressantes propres à chacun et les investiguer. Aborder les différentes façons d'utiliser le Travail.

### Partie 2 : Accompagnement

Relation familiale - Relation client-facilitateur/trice

Travail sur les origines familiales : clarification du passé, les zones d'ombre.

Le rôle de facilitateur. Les motivations et les intentions dans la facilitation.

L'utilisation du Travail dans différentes pratiques d'accompagnement.

Sensibilisation aux clients difficiles. Auto-évaluation.

## 2<sup>ème</sup> semaine

### Partie 1 : Communication authentique - travail sur les peurs – gestion des conflits

Déceler l'intention au-delà des mots. Savoir émettre et recevoir un avis critique. Apprendre à dire non sans culpabilité ni justification. Envisager nos „ennemis“ à travers le prisme de notre projection.

### Partie 2 : Amour et relation, argent, vie professionnelle

Le rapport à l'argent et au succès. Retrouver le lien avec ce qui anime au plus profond, avec ce qui fait vibrer.

Vision et perspectives.

“ *La Gratitude, c'est ce que nous sommes lorsqu'il n'y a plus d'histoire.*

Byron Katie