

Formations en  
Compétences Transversales  
pour les entreprises, associations,  
& individuels, familles,  
à partir de la CURIOSITE

&  
formations professionnelles  
dédiées aux Thérapeutes et  
Hypnothérapeutes

#Soyez Curieux !

# CATALOGUE DE FORMATIONS

2018

*Claire Burel*

Conférencière – Formatrice – Auteure – Thérapeute – #Enthousiasmeuse

F O R M A T I O N S

NOTA :

Le catalogue 2019 contiendra la

PREMIERE FORMATION de  
**ROUTINOLOGIE-CURIOSITOLOGIE**. Détails sur  
[claireburel.com/formation-rutinologue-curiositologie](http://claireburel.com/formation-rutinologue-curiositologie)

# Claire Burel

Conférencière – Formatrice – Auteure – Thérapeute – #Enthousiasmeuse

## F O R M A T I O N S

### Table Des Matières :

Préalables	2
Curriculum Vitae de votre formatrice	3
<b>Les formations Professionnelles HYPNOSE</b>	4
<b>Prendre confiance dans sa pratique d'Hypnothérapeute débutant</b>	5
<i>Fiche d'INSCRIPTION au stage 18-A</i>	6
<b>Booster sa pratique de thérapeute « L'hypnose Light pour approfondir les autres pratiques de soin »</b>	7
<i>Fiche d'INSCRIPTION au stage 18-B</i>	8
<b>Les CONTENUS d'une séance d'hypnose thérapeutique &amp; la fluidité de l'improvisation de contenus</b>	9
<i>Fiche d'INSCRIPTION au stage 18-C</i>	10
FORMATION à l'utilisation de l' ECHO-HYPNOSE©	11
<b>Les formations Transversales sur la CURIOSITE*</b>	12
<i>*ces formations s'intègrent parfaitement dans une démarche de développement personnel</i>	
Le QC (Quotient de Curiosité):la qualité majeure à développer pour soi!	13*
Mieux communiquer, soi et les autres, grâce au QC	14*
Où se cache la curiosité ? Comment l'atteindre ?	15*
Quand la curiosité est un atout en famille ! Réveiller la joie de vivre !	
Vaincre son ennemi numéro 1 : la routine !	16*
Être davantage acteur de sa vie grâce au Quotient de Curiosité	17*
Comprendre la Routine, en sortir, développer la joie de vivre	19*
<b>Les formations à destination des Entreprises &amp; structures professionnelles</b>	20
Le QC, prochaine valeur mise en avant par les RH	21
Le QC : Développer les atouts de chacun, un bénéfice pour l'entreprise	22
Favoriser le travail en équipe grâce au QC (Quotient de Curiosité)	23
Développer l'adaptabilité au travail grâce au QC (Quotient de Curiosité)	24
Mieux communiquer, soi et les autres, grâce au QC	25
<b>LES ATELIER SENSORIELS</b>	26
<b>CONTACTEZ NOUS FACILEMENT</b>	28

Claire BUREL 6 route du Froc de Launay 27950 La Chapelle Longueville 06 67 78 93 21

[Claire@claireburel.com](mailto:Claire@claireburel.com) - <http://www.ClaireBurel.com>

Déclaration d'activité sous le numéro 28270204627 auprès du préfet de la région Normandie

« Ce numéro ne vaut pas agrément de l'Etat »

# Claire Burel

Conférencière – Formatrice – Auteure – Thérapeute – #Enthousiasmeuse

## F O R M A T I O N S

**Voici le catalogue des formations qui vous sont proposées.**

**Elles ont lieu en présentiel** près de Vernon (27) mais peuvent également être « privatisées » chez vous, dans vos locaux, avec vos stagiaires (nous consulter)

**Nous travaillons sur deux thèmes distincts:**

1. **L'HYPNOSE et le cadre thérapeutique**, en direction des **professionnels de soin & thérapie**, *hypnothérapeutes ou non*
2. **la CURIOSITÉ**, en direction de tous **ceux qui veulent en découvrir et mettre en œuvre tous les atouts** -à titre perso ou pro, entreprises, association, grandes écoles, etc.

**Attendez-vous à ...**

- *des Savoir-faire supplémentaires, de la motivation en plus, des méthodes efficaces, de la créativité,*
- *plus de sens à votre activité, plus de confiance en vous...*
- **ATTENTION!** >>Formations très impliquantes : *part théorique personnalisée + beaucoup de mises en situation +revisite des certitudes établies !*



Le référencement d'un organisme de formation par un financeur est le fait pour ce dernier d'inscrire le prestataire dans son catalogue de référencement, mis à la disposition des entreprises et des salariés.

Pour le référencer, le financeur vérifie que le prestataire répond bien aux 6 critères de la loi. Pour cela, OPCA et certains autres financeurs, dont des FONGECIFS, ont défini ensemble les 21 indicateurs qui leur permettront de mesurer le respect de ces critères. C'est dans cet objectif qu'ils ont conçu Datadock, l'outil qui permet aux organismes de formation de déposer les éléments factuels qui prouvent qu'ils répondent aux exigences de qualité dictées par la loi.

DATADOCK Validé = prise en charge formation continue possible.

*Expliquez-moi et j'oublierai.  
Démontrez-moi et je me souviendrai.  
Impliquez-moi et je comprendrai.  
-Confucius-*

Claire BUREL 6 route du Froc de Launay 27950 La Chapelle Longueville 06 67 78 93 21

[Claire@claireburel.com](mailto:Claire@claireburel.com) - <http://www.ClaireBurel.com>

Déclaration d'activité sous le numéro 28270204627 auprès du préfet de la région Normandie  
« Ce numéro ne vaut pas agrément de l'Etat »

# Claire Burel

Conférencière – Formatrice – Auteure – Thérapeute – #Enthousiasmeuse

## FORMATIONS

### Ce qui me rend différente ?

- ✓ **Evolution pro : 5 métiers validés** (Enseignante, informaticienne, thérapeute, auteure, conférencière, ... et formatrice)
- ✓ **Grande résilience, et capacité d'entreprendre démontrée.**
- ✓ **Auteure publiée et Créatrice de jeux** (*Editions Lanore, EccE, Jouvence*) : Développement personnel, gestion émotionnelle, **Curiosité, Motivation, implication** au travail et dans la vie en général. [A découvrir sur [CLaireBurel.com/livres](http://CLaireBurel.com/livres)]
- ✓ **Créatrice du concept des 4 Dynamiques©** visant à comprendre les relations interpersonnelles pour mieux les gérer, notamment avec les « personnalités difficiles ».
- ✓ **Conceptrice de la méthode Echo-Hypnose©** de traitement des phobies, traumas, burn-out, et tous problèmes liés à l'enfance (+ Livre en publication en 2019)
- ✓ **Curieuse** depuis toujours, j'étudie la curiosité et ses atouts.
- ✓ **J'interviens régulièrement sur France Bleu Normandie**

### Je me forme tous les ans un peu plus...

(liste des formations effectuées, in extenso sur [Lesmotsquisoignent.com](http://Lesmotsquisoignent.com))

#### En communication :

- **Communication non-verbale**, avec Patrice Ras, expert
- **Communication Non-Violente** avec Jacques Salomé, expert
- **Synergologie, Communication Non-Verbale**, avec OLGA CIESCO, experte
- « **La Modélisation Symbolique et le Clean Langage de David Grove** » par Penny Tompkins

#### Connaissance de soi et des autres :

- **Ennéagrammes**, avec Anna Barbera / Libre Université Samadeva
- **Morphopsychologie**, avec Patrice Ras, expert
- **Méthode ESPERE/ J. Salomé** : Le courage d'Être Soi / Être un bon compagnon pour soi-même
- **Gestion des Émotions et du stress** avec le Docteur SCHALLER
- **Psychologie Bouddhiste appliquée à la Psychothérapie Occidentale** avec le Docteur Yasmine Liénard (**relation à soi et aux autres**)
- **Philosophie bouddhiste appliquée à la thérapie occidentale**, avec Stephen Brooks, fondateur du British Hypnosys Research
- **Protocole MBCT de Pleine Conscience** avec Christine Fauvel, psychologue

#### Management, relations et communication en Entreprise

- auto-formation conséquente, reconnue par le label de Conférencière professionnelle AFCP obtenu à partir de ces domaines.

## Qui est votre formatrice ?

### Claire Burel

#### Vie Professionnelle de 1980 à nos jours

- **Ecole Normale** d'Institutrices de 1981 à 1984
- **Institutrice** puis **Professeur des écoles** par concours interne (Admise classée 4ème sur le département 76) sur projet pluridisciplinaire complet : **carrière enseignante 21 ans**
- **Directrice d'école** sur les 3 dernières années, avec animation pédagogique de l'école.  
(2004 : *Retraite anticipée Ed. Nat<sup>ale</sup> /Famille Nombreuse*)
- **Formation DESTU** Informatique et réseaux autofinancée en 2004, reconversion :
  - Prestataire de **services informatiques** dont **formation pour adultes** en individuels sous le nom de « La Fée Ordi » de 2005 à 2008
  - Reconversion : **Formation** longue en Hypnose Ericksonienne et Conversationnelle British Hypnosys Research, validée avec mention.
  - **Thérapeute** en libéral depuis 2006
  - Partenariat et compétences validées par le CEPVIM de Rouen (Centre Européen de Prévention de la Violence Morale)
  - Nombreuses **formations continues** suivies dans le domaine de **l'hypnose**, ainsi que des **compétences relationnelles, communication, et connaissance de soi et des autres (détail ci-contre)**
  - **Auteure éditée**, participation à de nombreux salons depuis 2014, conférences
  - **Formation de conférencière** professionnelle (2016)
  - Formation de **lecteur à voix haute/placement de voix/ton et expression** avec Esther Lenneman (2017)
  - Membre de l'Association Française des Conférenciers Professionnels, **labellisée** en 2017 sur conférence « Management ».
  - OF validé Datadock depuis 2017
  - Interventions ponctuelles sur **France Bleu Haute Normandie** depuis 2015

[Claire@claireburel.com](mailto:Claire@claireburel.com) - <http://www.ClaireBurel.com>

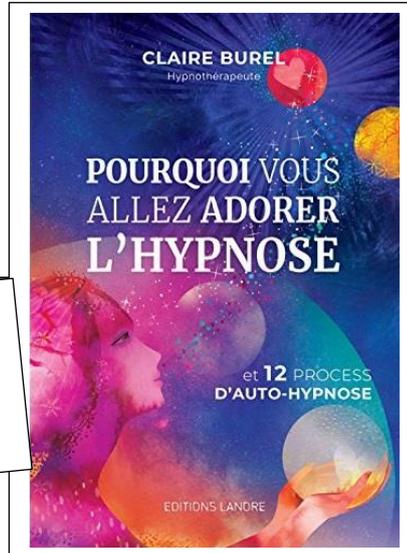
Déclaration d'activité sous le numéro 28270204627 auprès du préfet de la région Normandie

« Ce numéro ne vaut pas agrément de l'Etat »

# Claire Burel

Conférencière – Formatrice – Auteure – Thérapeute – #Enthousiasmeuse

## FORMATIONS



La lecture de « Pourquoi vous allez adorer l'hypnose » est vivement encouragée en préalables aux stages « Hypnose ».

## Les Formations HYPNOSE

(fiches détaillées en pages suivantes)

### A destinations des Hypnothérapeutes débutants

*Ref 18-A : Enrichissez votre pratique !*

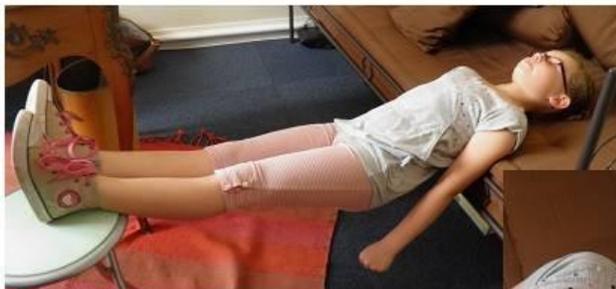
Tous ces petits trucs qui vous manquent + apports techniques

### A destination des Thérapeutes toutes techniques

*Ref 18-B : L'Hypnose Light pour les praticiens non-hypno  
(stage 1 journée)*

### A destination des Hypnothérapeutes tous niveaux

*Ref 18-C : Les CONTENUS des sessions et le travail de la fluidité de la parole & créativité*



Certains tours d'hypnose de scène sont intéressants en cabinet : ici, plus de confiance en soi.



Vu dans les stages  
18-A et 18-C

Claire BUREL 6 route du Froc de Launay 27950 La Chapelle Longueville 06 67 78 93 21

[Claire@claireburel.com](mailto:Claire@claireburel.com) - <http://www.ClaireBurel.com>

Déclaration d'activité sous le numéro 28270204627 auprès du préfet de la région Normandie  
« Ce numéro ne vaut pas agrément de l'Etat »

**Hypnothérapeute débutant**  
**Enrichissez votre pratique !**

**Objectifs :**

*Pour les Hypnothérapeutes ayant débuté leur pratique récemment,*

*Développement de compétences professionnelles complémentaires:*

*A l'issue des deux journées, les stagiaires auront enrichi leur pratique. Ils auront obtenu des réponses aux questions que leur pratique débutante aura fait naître, et acquis également une plus large offre de pratique en face de leur clientèle. (Moyens techniques supplémentaires : tests, inductions, attitudes, réponses, Anamnèse, meilleures réceptivité et utilisation des apports du client...)*

- **Contenus pédagogiques et validation :**

*NOTA : Toutes les questions pratiques des stagiaires sont reçues à l'avance afin de recevoir une réponse au cours du stage.*

- *Ces réponses seront apportées sous forme d'applications pratiques et d'apports théoriques alternés, d'exemples et de mise en situations avec le formateur [2h]*
- *Mises en situations de modalités d'inductions hypnotiques différentes, des utilisations saines d'hypnose de scène, des détails appropriés sur le choix des vocabulaires, une approche complémentaire de la relation d'aide (Anamnèse, recherche d'éléments utiles, observation du client...) et des techniques de vocabulaire hypnotique [4h]*
- *Exercices pratiques et mises en situations entre stagiaires [4h]*
- *Analyse de pratiques et de situations vécues/retour d'expériences des stagiaires [3h]*
- *Evaluation par mise en situation et par QCM [1h]*
- Un support pédagogique sera remis à chaque stagiaire
- Une attestation de formation sera délivrée à l'issue des 4 demi-journées de stage.

*NOTA : La lecture préalable de « Pourquoi vous allez adorer l'hypnose » est recommandée.*

**En vertu de l'Article L.6313-3 :** - Les actions d'adaptation et de développement des compétences des salariés ont pour objet de favoriser leur adaptation au poste de travail, à l'évolution des emplois, ainsi que leur maintien dans l'emploi, et de participer au développement de leurs compétences.

**Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 28270204627**  
**auprès du Préfet de région de Normandie**

Formation éligible au dispositif OPCA

& prise en charge formation continue. Référencement DATADOCK validé

**Stage 14H**

**soit 2 jours**  
**en week-end**

**Dates : nous**  
**consulter**

Présentiel

Sur Vernon 27

*ou sur votre site*  
*si vous organisez le stage*  
*(nous consulter)*

8 à 10 stagiaires

**Compétences**  
**Transversales &**  
**Professionnelles**  
**complémentaires**

*Prérequis :*

*Hypnothérapeutes*  
*ayant eu une*  
*formation initiale*  
*praticiens débutants*

260 € /stagiaire

Offre parrainages

10% /stagiaire

3stagiaires -50%

-

Exonéré de TVA

**Formateur : Claire BUREL**

SIREN 482 926 664

Auteure éditée, Conférencière Professionnelle Labellisée par l' Association Française des Conférenciers Professionnel  
 Hypnothérapeute confirmée (depuis 2006) Formée à : Hypnoses Ericksonnienne, conversationnelle, flash, directe  
 Hypnose et TCA, Tocs, Douleur, Sexologie. & Communication Non Violente, Méthode Espère©,  
 Créatrice du concept des 4 Dynamiques© et du process d'Echo-Hypnose©,  
 Conceptrice des jeux « Mille Mercis » et « Ho 'oponopono 2.0 » pour la gestion émotionnelle.



ClaireBurel.com



Claire Burel #enthousiasmeuse



Claire Burel



Les Mots Qui Soignent



Claire Burel



LesMotsQuiSoignent.com

[Claire@claireburel.com](mailto:Claire@claireburel.com)

TEL 06 67 78 93 21

Claire Burel

Conférencière – Formatrice – Auteure – Thérapeute – #Enthousiasmeuse

Référence de la formation

18-A

FORMATIONS

Hypnothérapeute débutant

Enrichissez votre pratique et prenez confiance !

Inscription au stage

Mme  Mr Nom \_\_\_\_\_ Prénom \_\_\_\_\_

Adresse de contact : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Téléphone : \_\_\_\_\_

Courriel : \_\_\_\_\_@\_\_\_\_\_

Profession / activité \_\_\_\_\_

Concernant votre pratique de soin , vous êtes :

Salarié/e ou  A votre compte Raison sociale : \_\_\_\_\_

La prise en charge du stage :  Paiement individuel  Prise en charge OPCA  Paiement entreprise ( facture ?)  
(Nom & adresse à faire figurer sur la facture : \_\_\_\_\_)

Pour Votre stage : Je soussigné.e :

Atteste avoir déjà suivi une formation de praticien en Hypnose et pratiquer dans un cadre professionnel thérapeutique. (Cas particuliers, nous consulter)

M'inscris à la formation citée en titre,

Session (dates : ) \_\_\_\_\_

En présentiel au Siège de Claire Burel Formations,  
6 route du Froc de Launay 27950 La Chapelle Réanville

Joins un chèque de réservation du 50 € à l'ordre de Claire BUREL. (Le chèque ne sera pas encaissé avant le stage.) Le solde du paiement, soit 210 €, interviendra au premier jour du stage.

NOTA : A titre d'offre commerciale, un parrainage au stage donne droit à une remise de 10 % sur le montant de la formation, 3 parrainages à 50%.

Signature

+/-Tampon de l'entreprise commanditaire



Dès réception de votre inscription et du chèque de réservation à l'adresse ci-dessous, vous recevrez la convention de stage et les documents liés. Votre inscription sera alors définitive.

Claire BUREL 6 route du Froc de Launay 27950 La Chapelle Longueville 06 67 78 93 21

[Claire@claireburel.com](mailto:Claire@claireburel.com) - <http://www.ClaireBurel.com>

Déclaration d'activité sous le numéro 28270204627 auprès du préfet de la région Normandie

« Ce numéro ne vaut pas agrément de l'Etat »

Ref Formation:

2 jours : 18-B

Jour 1 : 18-B-J1

Jour 2 : 18-B-J2

Claire Burel

Conférencière – Formatrice – Auteure – Thérapeute – #Enthousiasmeuse

F O R M A T I O N S

Booster sa pratique de  
thérapeute

« L'hypnose Light pour approfondir les  
autres pratiques de soin »

**Objectifs :** Pour tous thérapeutes toutes pratiques.

Développement de compétences transversales & professionnelles complémentaires:

A l'issue de la journée, les stagiaires peuvent utiliser des éléments basiques d'hypnose pour amplifier leur pratique.

Ils développent également une confiance plus grande dans leur pratique.

• **Contenus pédagogiques et validation :**

NOTA : Toutes les questions pratiques des stagiaires sont reçues à l'avance afin de recevoir une réponse au cours du stage.

• Ces réponses seront apportées sous forme d'applications pratiques et d'apports théoriques alternés, d'exemples et de mise en situations avec le formateur [1h00]

• **L'hypnose light et ses atouts**, au service des autres pratiques de soin : Des bases d'hypnose légère pour utilisation dans des cadres d'autres pratiques thérapeutiques.

Avec exercices pratiques et mises en situations entre stagiaires [4h]

• Analyse de pratiques et de situations vécues/retour d'expériences des stagiaires [1h30]

• Evaluation par mise en situation et par QCM [1/2h]

•

- Un support pédagogique sera remis à chaque stagiaire

- Une attestation de formation sera délivrée à l'issue des 2 demi-journées de stage.

-

**En vertu de l'Article L.6313-3 :** - Les actions d'adaptation et de développement des compétences des salariés ont pour objet de favoriser leur adaptation au poste de travail, à l'évolution des emplois, ainsi que leur maintien dans l'emploi, et de participer au développement de leurs compétences.

**Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 28270204627  
auprès du Préfet de région de Normandie**

Formation éligible au dispositif OPCA

& prise en charge formation continue. Référencement DATADOCK

**Stage 7H**

**soit 1 jour  
en week-end**

Dates : nous consulter

Présentiel

Sur Vernon 27

ou sur votre site  
si vous organisez le stage  
(nous consulter)

8 à 10 stagiaires

**Compétences  
Transversales &  
Professionnelles  
complémentaires**

*Prérequis :*  
thérapeutes  
formés à leur  
pratique

Inscription  
journée : 160€

Offre parrainage :

1 stagiaire -10%

3 stagiaires -50%

-----  
Exonéré de TVA

**Formateur : Claire BUREL**

SIREN 482 926 664

Auteure éditée, Conférencière Professionnelle Labellisée par l' Association Française des Conférenciers Professionnel  
Hypnothérapeute confirmée (depuis 2006) Formée à : Hypnoses Ericksonienne, conversationnelle, flash, directe  
Hypnose et TCA, Tocs, Douleur, Sexologie. & Communication Non Violente, Méthode Espère©,  
Créatrice du concept des 4 Dynamiques© et du process d'Echo-Hypnose©,  
Conceptrice des jeux « Mille Mercis » et « Ho 'oponopono 2.0 » pour la gestion émotionnelle.



ClaireBurel.com



Claire Burel #enthousiasmeuse



Claire Burel



Les Mots Qui Soignent



Claire Burel



LesMotsQuiSoignent.com

[Claire@claireburel.com](mailto:Claire@claireburel.com)

TEL 06 67 78 93 21

# Claire Burel

Conférencière – Formatrice – Auteure – Thérapeute – #Enthousiasmeuse

## FORMATIONS

Référence de la formation

**18-B**

Pour tous les thérapeutes :

### *hypnose light pour amplifier votre pratique*

## *Inscription au stage*

Mme  Mr Nom \_\_\_\_\_ Prénom \_\_\_\_\_

Adresse de contact : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Téléphone : \_\_\_\_\_

Courriel : \_\_\_\_\_ @ \_\_\_\_\_

Profession / activité \_\_\_\_\_

**Concernant votre pratique de soin , vous êtes :**

Salarié/e ou  A votre compte Raison sociale : \_\_\_\_\_

La prise en charge du stage :  Paiement individuel  Prise en charge OPCA  Paiement entreprise ( facture ?)  
(Nom & adresse à faire figurer sur la facture : \_\_\_\_\_)

**Pour Votre stage : Je soussigné.e :**

Atteste avoir déjà suivi une formation de praticien et pratiquer dans un cadre professionnel thérapeutique. (Cas particuliers, nous consulter)

M'inscris à la formation citée en titre,

**Session (date : )** \_\_\_\_\_

**En présentiel au Siège de Claire Burel Formations,  
6 route du Froc de Launay 27950 La Chapelle Réanville**

Joins un chèque de réservation du 50 € à l'ordre de Claire BUREL. (Le chèque ne sera pas encaissé avant le stage. Conservé en cas de désistement moins de 21 jours avant le stage)) Le solde du paiement, soit 110€ interviendra au premier jour du stage.

NOTA : A titre d'offre commerciale, pour les paiements individuels un parrainage au stage donne droit à une remise de 10 % sur le montant de la formation, 3 parrainages à 50%.

Signature

+/- Tampon de l'entreprise commanditaire

Dès réception de votre inscription et du chèque de réservation à l'adresse ci-dessous, vous recevrez la convention de stage et les documents liés. Votre inscription sera alors définitive.

Claire BUREL 6 route du Froc de Launay 27950 La Chapelle Longueville 06 67 78 93 21

[Claire@claireburel.com](mailto:Claire@claireburel.com) - <http://www.ClaireBurel.com>

Déclaration d'activité sous le numéro 28270204627 auprès du préfet de la région Normandie

« Ce numéro ne vaut pas agrément de l'Etat »

# Claire Burel

Conférencière – Formatrice – Auteure – Thérapeute – #Enthousiasmeuse

## FORMATIONS

### Les **CONTENUS** d'une séance d'hypnose thérapeutique

& la fluidité de l'improvisation de contenus

#### Objectifs :

*Pour les Hypnothérapeutes*

*Développement de compétences professionnelles complémentaires:*

*A l'issue des deux journées, les stagiaires développent une confiance plus grande dans leur capacité à choisir les contenus pertinents pour chaque séance thérapeutique, et improviser des contenus personnalisés. Ils auront exercé ces compétences langagières et créatrices, et s'approprient l'outil hypnotique grâce à une nouvelle pratique motivante.*

#### • **Contenus pédagogiques et validation :**

- Différents contenus types : protocoles, histoires métaphoriques, contenus personnalisés improvisés, hypnodrame, tâches, etc. [2h00]
- Différents cadres de références : enfants, hypnose de scène, directe, etc. [2h00]
- Différentes attentes : phobies, comportements indésirables, travail de confiance en soi, sevrage tabagique\*, perte de poids\*, etc : que proposer ? [3h]
- *Exercices pratiques et mises en situations entre stagiaires inclus dans les horaires ci-dessus*
- Différents moyens : dissociation, humour, paradoxe, métaphores, etc. [2h]
- Fluidité de la créativité (contenus improvisés et histoires métaphoriques) et fluidité de la parole (vocabulaire, formulations, etc.) [4h00]
- *Exercices et jeux créatifs pour la fluidité et la créativité inclus dans l'horaire ci-dessus]*
- *Evaluation par mise en situation et par QCM [1h]*

*\*les protocoles spécifiques du sevrage tabagique et de la perte de poids ne font pas partie du contenu de ce stage, étant donné leur complexité. Ils pourront faire l'objet d'un stage séparé. Ici, il s'agira d'indications de base et de première intention.*

- Un support pédagogique sera remis à chaque stagiaire
- Une attestation de formation sera délivrée à l'issue des 4 demi-journées de stage.

**En vertu de l'Article L.6313-3 :** - Les actions d'adaptation et de développement des compétences des salariés ont pour objet de favoriser leur adaptation au poste de travail, à l'évolution des emplois, ainsi que leur maintien dans l'emploi, et de participer au développement de leurs compétences.

**Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 28270204627**

**auprès du Préfet de région de Normandie** (« ce numéro ne vaut pas agrément de l'Etat »)

Formation éligible au dispositif OPCA

& prise en charge formation continue. **Référencement DATADOCK**

**Stage 14H**

**soit 2 jours  
en week-end**

**Dates : nous  
consulter**

Présentiel

Sur Vernon 27

*ou sur votre site  
si vous organisez le stage  
(nous consulter)*

8 à 10 stagiaires

**Compétences  
Transversales &  
Professionnelles  
complémentaires**

**Prérequis :**

*Hypnothérapeutes*

*Lecture de « Pourquoi  
vous allez adorer  
l'hypnose » conseillée*

260 € /stagiaire

Offre parrainages

10% /stagiaire

3stagiaires -50%

-  
Exonéré de TVA

**Formateur : Claire BUREL**

SIREN 482 926 664

Auteure éditée, Conférencière Professionnelle Labellisée par l' Association Française des Conférenciers Professionnel  
Hypnothérapeute confirmée (depuis 2006) Formée à : Hypnoses Ericksonienne, conversationnelle, flash, directe  
Hypnose et TCA, Tocs, Douleur, Sexologie. & Communication Non Violente, Méthode Espère©,  
Créatrice du concept des 4 Dynamiques© et du process d'Echo-Hypnose©,  
Conceptrice des jeux « Mille Mercis » et « Ho 'o ponopono 2.0 » pour la gestion émotionnelle.



**CLaireBurel.com**



Claire Burel #enthousiasmeuse



Claire Burel



Les Mots Qui Soignent



Claire Burel



LesMotsQuiSoignent.com

[Claire@claireburel.com](mailto:Claire@claireburel.com)

TEL 06 67 78 93 21

# Claire Burel

Conférencière – Formatrice – Auteure – Thérapeute – #Enthousiasmeuse

## FORMATIONS

Référence de la formation

**18-C**

### Les **CONTENUS** d'une séance d'hypnose thérapeutique & la fluidité de l'improvisation de contenus

## Inscription au stage

Mme  Mr Nom \_\_\_\_\_ Prénom \_\_\_\_\_

Adresse de contact : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Téléphone : \_\_\_\_\_

Courriel : \_\_\_\_\_ @ \_\_\_\_\_

Profession / activité \_\_\_\_\_

**Concernant votre pratique de soin , vous êtes :**

Salarié/e ou  A votre compte Raison sociale : \_\_\_\_\_

La prise en charge du stage :  Paiement individuel  Prise en charge OPCA  Paiement entreprise ( facture ?)  
(Nom & adresse à faire figurer sur la facture : \_\_\_\_\_)

**Pour Votre stage : Je soussigné.e :**

Atteste pratiquer l'hypnose dans un cadre professionnel thérapeutique. (*Cas particuliers, nous consulter*)

M'inscris à la formation citée en titre,

**Session du week-end des 26 et 27 janvier 2019**

**En présentiel au Siège de Claire Burel Formations,**

**6 route du Froc de Launay 27950 La Chapelle Réanville**

Joins un chèque de réservation du 50 € à l'ordre de Claire BUREL. (*Le chèque ne sera pas encaissé avant le stage. Conservé en cas de désistement moins de 21 jours avant le stage*) Le solde du paiement, soit 210€, interviendra au premier jour du stage.

NOTA : A titre d'offre commerciale, un parrainage au stage donne droit à une remise de 10 % sur le montant de la formation, 3 parrainages à 50%.

Signature

+/- Tampon de l'entreprise commanditaire

Dès réception de votre inscription et du chèque de réservation à l'adresse ci-dessous, vous recevrez la convention de stage et les documents liés. Votre inscription sera alors définitive.

Claire BUREL 6 route du Froc de Launay 27950 La Chapelle Longueville 06 67 78 93 21

[Claire@claireburel.com](mailto:Claire@claireburel.com) - <http://www.ClaireBurel.com>

Déclaration d'activité sous le numéro 28270204627 auprès du préfet de la région Normandie

« Ce numéro ne vaut pas agrément de l'Etat »

# Claire Burel

Conférencière – Formatrice – Auteure – Thérapeute – #Enthousiasmeuse

## F O R M A T I O N S

---

### **PROCHAINEMENT :**

#### **Pour les Hypnothérapeutes tous niveaux :**

- **L'anamnèse : comment écouter, quoi entendre ?**

#### **Pour les Hypnothérapeutes confirmés**

- **FORMATION à l'utilisation de l' ECHO-HYPNOSE©**

Méthode de travail en hypnose pour la réparation du passé,  
Soin de traumatismes, phobies, deuils inachevés, confiance en soi...

Contenus de la formation : (à préciser ultérieurement)

- origine et définition de l'écho-hypnose
- indications, cadre de référence
- modalités de l'écoute, attention particulière aux éléments utiles en écho-hypnose©
- processus de base
- quelques variantes d'adaptabilité au cas de la personne
- quelques pistes à explorer pour aller plus loin si besoin

Voir témoignages sur la page [www.ClaireBurel.com/formations](http://www.ClaireBurel.com/formations)

Claire BUREL 6 route du Froc de Launay 27950 La Chapelle Longueville 06 67 78 93 21

[Claire@claireburel.com](mailto:Claire@claireburel.com) - <http://www.ClaireBurel.com>

*Déclaration d'activité sous le numéro 28270204627 auprès du préfet de la région Normandie  
« Ce numéro ne vaut pas agrément de l'Etat »*

*Claire Burel*

Conférencière – Formatrice – Auteure – Thérapeute – #Enthousiasmeuse

F O R M A T I O N S

## **FORMATIONS sur la CURIOSITE**

*Choix de dates :  
nous consulter et nous solliciter.*

**Ces formations sont très concrètes, basées sur un peu de théorie et beaucoup d'expérimentation et de jeu.**

**La sensorialité est l'atout majeur de ces journées.**

**Les points développés le sont en direction des particuliers, ou des professionnels (voir différentes fiches plus loin)**

**Formation sur la ROUTINE : comprendre et en sortir**

Claire BUREL 6 route du Froc de Launay 27950 La Chapelle Longueville 06 67 78 93 21

[Claire@claireburel.com](mailto:Claire@claireburel.com) - <http://www.ClaireBurel.com>

*Déclaration d'activité sous le numéro 28270204627 auprès du préfet de la région Normandie  
« Ce numéro ne vaut pas agrément de l'Etat »*

### **Particuliers, familles, entre amis, etc...**

*NOTA : ces formations s'intègrent parfaitement dans un parcours de développement personnel*

### **Le QC (Quotient de Curiosité): la qualité majeure à développer pour soi!**

**>>4 déclinaisons:** (fiches détaillées pages suivantes)

1. **Curieux de soi et des autres** : Tous les atouts relationnels du QC mis en œuvre pour une meilleure **gestion des relations interpersonnelles** dans la vie quotidien (ref 17-I-QC1)
2. **Le développement du Quotient de Curiosité** devient l'atout incontournable de la découverte de soi, en ce siècle du **développement personnel et de la recherche du bonheur** ! Comment être curieux ? (ref 17-I-QC2)
3. **L'atout joie de vivre de la vie de famille** : Tout pour **sortir de la routine** et **vivre mieux ensemble** (ref 17-I-QC3)
4. Être **davantage acteur de sa vie** grâce au QC : La compréhension des mécanismes émotionnels, et leur mise en valeur par la curiosité sont un point d'avancée important dans une découverte de soi, responsabilisé pour prendre sa place dans cette société, ce monde dans lequel nous vivons. (ref 17-I-QC-4)
5. **LA ROUTINE** est votre ennemie. Découvrez les 5 routines comportementales, les routines cognitives, la loi de l'Entropie, et comment sortir de tout ça...(ref 17-I-R)

Claire BUREL 6 route du Froc de Launay 27950 La Chapelle Longueville 06 67 78 93 21

[Claire@claireburel.com](mailto:Claire@claireburel.com) - <http://www.ClaireBurel.com>

*Déclaration d'activité sous le numéro 28270204627 auprès du préfet de la région Normandie*

*« Ce numéro ne vaut pas agrément de l'Etat »*

**Objectifs :**

*Développement de compétences transversales : A l'issue des deux journées, les stagiaires savent mieux analyser les situations relationnelles et adapter leur comportement de communication à l'environnement immédiat.*

*Ils savent également mieux réagir en situation de conflit  
A partir de typologies différentes et d'outils ludiques spécifiques.*

- **Contenus pédagogiques et validation :**
- **Le lien entre curiosité et relationnel sera le fil rouge du stage**
- *Apports théoriques de base sur ces trois approches de modélisation : mieux comprendre les personnalités, enjeux personnels et relationnels, et toutes les interactions (4x 1h30)*
- *Exercices pratique de reconnaissance de soi et des autres, mises en situations(2x1h)*
- *Exercices et jeux de pratique relationnelle et compréhension des enjeux in situ (jeux de rôles)(2x1h)*
- *Approche & analyse de situations vécues/retour d'expériences des stagiaires ( 4x 1h)*
- *Evaluation par mise en situation (jeux de rôles)[1h]*
- Un support pédagogique sera remis à chaque stagiaire
- Une attestation de formation sera délivrée à l'issue des 4 demi-journées de stage.

**En vertu de l'Article L.6313-3 :** - Les actions d'adaptation et de développement des compétences des salariés ont pour objet de favoriser leur adaptation au poste de travail, à l'évolution des emplois, ainsi que leur maintien dans l'emploi, et de participer au développement de leurs compétences.

**Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 28270204627  
auprès du Préfet de région de Normandie**

« Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat »

Formation éligible au dispositif OPCA. Datadock Validé

**Stage 14H  
soit 2 jours  
espacés d'une ou  
deux semaines  
Dates : nous  
consulter**

Présentiel

6 à 10 stagiaires

**Compétences  
transversales  
compréhension  
mutuelle et  
communication**

*Pas de prérequis*

Tarif en individuel  
200 €  
Couples -10%  
Offres parrainages  
1stagiaire -10%  
3stagiaires -50%  
Exonération TVA

**Formateur : Claire BUREL**

SIREN 482 926 664

Auteure éditée, Conférencière Professionnelle Labellisée par l' Association Française des Conférenciers Professionnels  
Thérapeute, Formée à : Communication Non Violente, Méthode Espère®, Hypnoses,  
Créatrice du concept des 4 Dynamiques® et du process d'Echo-Hypnose®,  
Conceptrice des jeux « Mille Mercis » et « Ho 'oponono 2.0 » pour la gestion émotionnelle.



Claire Burel #enthousiasmeuse



Claire Burel



Les Mots Qui Soignent



Claire Burel



CLaireBurel.com

[Claire@claireburel.com](mailto:Claire@claireburel.com)

TEL 06 67 78 93 21

# Claire Burel

Conférencière – Formatrice – Auteure – Thérapeute – #Enthousiasmeuse

## FORMATIONS

### Où se cache la curiosité ? Comment l'atteindre ? (Quotient de Curiosité)

#### Objectifs :

- Donner à chacun le moyen d'atteindre sa propre curiosité en retrouvant les bases
- Développer le plaisir lié à la curiosité

#### Contenus :

- Intérêts et atouts apportés par la curiosité
- Apports théoriques succincts : les bases intérieures de la curiosité (ressentis, émotions, enjeux)
- Activités ludiques et motivationnelles, à travers la mobilisation des émotions et ressentis liés à la curiosité.
- Possibilité de sorties accompagnées en milieu naturel ou urbain. Possibilité de réalisations manuelles (tous les stages sont différents)
- Une attestation de formation sera délivrée à l'issue des 4 demi-journées de stage.

#### Offert/bonus :

- 1 livre « La routine c'est fini » Offert à chaque stagiaire
- 15% de réduction sur les ouvrages de Claire BUREL en vente directe,

**En vertu de l'Article L.6313-3 :** - Les actions d'adaptation et de développement des compétences des salariés ont pour objet de favoriser leur adaptation au poste de travail, à l'évolution des emplois, ainsi que leur maintien dans l'emploi, et de participer au développement de leurs compétences.

**Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 28270204627  
auprès du Préfet de région de Normandie**

« Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat »

Formation éligible au dispositif OPCA. DATADOCK complété

#### Stage

**2 demi-journées  
Indépendantes et  
complémentaires**  
Dates : nous  
consulter

Présentiel

6 à 10 stagiaires

**Compétences  
transversales  
compréhension  
mutuelle et  
communication**

Pas de prérequis

Tarif en individuel

35 €  
par demi-journée

Inscription couple  
& enfants (+12 ans)  
-10%  
Exonération TVA



#### Formateur : Claire BUREL

SIREN 482 926 664

Auteure éditée, Conférencière Professionnelle Labellisée par l' Association Française des Conférenciers Professionnels  
Thérapeute, Formée à : Communication Non Violente, Méthode Espère®, Hypnoses,  
Créatrice du concept des 4 Dynamiques® et du process d'Echo-Hypnose®,  
Conceptrice des jeux « Mille Mercis » et « Ho 'oponopono 2.0 » pour la gestion émotionnelle.



Claire Burel #enthousiasmeuse



Claire Burel



Les Mots Qui Soignent



Claire Burel



CLaireBurel.com

[Claire@claireburel.com](mailto:Claire@claireburel.com)

TEL 06 67 78 93 21

17 -I-QC3-

Claire Burel

Conférencière – Formatrice – Auteure – Thérapeute – #Enthousiasmeuse

F O R M A T I O N S

Quand la curiosité est un atout en famille !

Réveiller la joie de vivre !

Vaincre son ennemi numéro 1 :

la routine ! ...om**Objectifs :**

- Redonner plus de visibilité à la vie de famille, retrouver de l'énergie joyeuse au quotidien
- Mieux comprendre Curiosité et Routine, et en faire des atouts
- Coaching parental et familial : apportez vos questions, trouvez des réponses

**Contenus :**

- Redonner plus de visibilité à la vie de famille, retrouver de l'énergie joyeuse au quotidien
  - Mieux comprendre Curiosité et Routine, et en faire des atouts
  - Coaching parental et familial : apportez vos questions, trouvez des réponses
  - Adossé aux ouvrages de C. Burel sur le thème de la routine
- Une attestation de formation sera délivrée à l'issue des 4 demi-journées de stage.

**Offert/bonus :**

- Un livre « La routine c'est fini » offert par stagiaire ou couple.
- 15% de réduction sur les ouvrages de Claire BUREL en vente directe,

**En vertu de l'Article L.6313-3 :** - Les actions d'adaptation et de développement des compétences des salariés ont pour objet de favoriser leur adaptation au poste de travail, à l'évolution des emplois, ainsi que leur maintien dans l'emploi, et de participer au développement de leurs compétences.

**Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 28270204627  
auprès du Préfet de région de Normandie**

« Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat »

Formation éligible au dispositif OPCA. Datadock Complété validé

**Stage**

**4 demi- journées  
Indépendantes et  
complémentaires**

**Dates : nous  
consulter**

Présentiel

EN FAMILLE ou  
entre amis !

**Compétences  
transversales  
compréhension  
mutuelle et  
communication**

*Pas de prérequis*

Tarif

140€ /pers.

Offre spéciale  
forfait groupe,  
famille, ou amis :  
nous consulter

Exonéré TVA

**Formateur : Claire BUREL**

SIREN 482 926 664

Auteure éditée, Conférencière Professionnelle Labellisée par l' Association Française des Conférenciers Professionnels  
Thérapeute, Formée à : Communication Non Violente, Méthode Espère©, Hypnoses,  
Créatrice du concept des 4 Dynamiques© et du process d'Echo-Hypnose©,  
Conceptrice des jeux « Mille Mercis » et « Ho 'oponopono 2.0 » pour la gestion émotionnelle.



Claire Burel #enthousiasmeuse



Claire Burel



Les Mots Qui Soignent



Claire Burel



ClaireBurel.com

[Claire@claireburel.com](mailto:Claire@claireburel.com)

TEL 06 67 78 93 21

Claire Burel

Conférencière – Formatrice – Auteure – Thérapeute – #Enthousiasmeuse

FORMATION S

Être davantage  
acteur de sa vie  
grâce au Quotient de Curiosité

### Objectifs :

- Les émotions : mode d'emploi et compréhension
- Comprendre les enjeux d'être acteur de sa vie. Les positions acteur / victime et leurs enjeux et mécanismes.
- Développer un positionnement clair et positif, avec la Curiosité : adaptabilité, créativité

### Contenus :

- Apports théoriques sur les différents positionnements, les enjeux relationnels, les enjeux de pouvoir, etc
- Activités ludiques et motivationnelles, par jeux de rôles notamment
- lecture et analyse des émotions et ressentis liés au positionnement.
- Apports de la curiosité dans ce positionnement positif

- Une attestation de formation sera délivrée à l'issue des 4 demi-journées de stage.

### Offert/bonus :

- Un livre « Dites ZUT à la routine » offert par stagiaire ou couple
- 15% de réduction sur les ouvrages de Claire BUREL en vente directe,

**En vertu de l'Article L.6313-3 :** - Les actions d'adaptation et de développement des compétences des salariés ont pour objet de favoriser leur adaptation au poste de travail, à l'évolution des emplois, ainsi que leur maintien dans l'emploi, et de participer au développement de leurs compétences.

**Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 28270204627  
auprès du Préfet de région de Normandie**

« Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat »

Formation éligible au dispositif OPCA. Datadock Complété validé

**Stage  
2 demi- journées**

**Dates : nous  
consulter**

Présentiel

6 à 10 stagiaires

**Compétences  
transversales**

**Joie de vivre**

**Responsabilité  
pour soi et pour  
autrui**

*Pas de prérequis*

Tarif en individuel

150 €

Couples : -30%

Exonération TVA

### Formateur : Claire BUREL

SIREN 482 926 664

Auteure éditée, Conférencière Professionnelle Labellisée par l' Association Française des Conférenciers Professionnels  
Thérapeute, Formée à : Communication Non Violente, Méthode Espère©, Hypnoses,  
Créatrice du concept des 4 Dynamiques© et du process d'Echo-Hypnose©,  
Conceptrice des jeux « Mille Mercis » et « Ho 'oponopono 2.0 » pour la gestion émotionnelle.



Claire Burel #enthousiasmeuse



Claire Burel



Les Mots Qui Soignent



Claire Burel



ClaireBurel.com

[Claire@claireburel.com](mailto:Claire@claireburel.com)

TEL 06 67 78 93 21

*Claire Burel*

Conférencière – Formatrice – Auteure – Thérapeute – #Enthousiasmeuse

F O R M A T I O N S

---

**La curiosité  
fait le **lien**  
entre soi et le monde!**

**Soyons curieux les uns des autres...**

**Tous curieux = tous extraordinaires**

*www.ClaireBurel.com*

Claire BUREL 6 route du Froc de Launay 27950 La Chapelle Longueville 06 67 78 93 21

[Claire@claireburel.com](mailto:Claire@claireburel.com) - <http://www.ClaireBurel.com>

*Déclaration d'activité sous le numéro 28270204627 auprès du préfet de la région Normandie*

*« Ce numéro ne vaut pas agrément de l'Etat »*

Claire Burel

Conférencière – Formatrice – Auteure – Thérapeute – #Enthusiasm

FORMATIONS

Comprendre la Routine,  
en sortir  
Développer la joie de vivre

## Objectifs : **Compétence organisationnelle et humaine**

Comprendre les 5 sortes de routines comportementales, et les routines cognitives, et les enjeux liés.

Savoir les faire évoluer pour vivre mieux et s'épanouir

Retrouver le sens de la joie de vivre

### Contenus pédagogiques et validation :

- Apports théoriques de base sur les différentes sortes de routine
  - Les enjeux, les risques, le potentiel de la routine
  - Exercices pratiques et tests d'identification de ses routines
  - Comment moduler les routines, selon leurs caractéristiques
  - Recherche de mise en œuvre des situations nouvelles,
  - Réalisation de projet personnel
- La formation est adossée aux ouvrages de Claire Burel sur la routine
  - Le livre « La routine c'est fini » est offert à chaque stagiaire ou famille
  - Une attestation de formation sera délivrée à l'issue des 4 demi-journées de stage.

**En vertu de l'Article L.6313-3 :** - Les actions d'adaptation et de développement des compétences des salariés ont pour objet de favoriser leur adaptation au poste de travail, à l'évolution des emplois, ainsi que leur maintien dans l'emploi, et de participer au développement de leurs compétences.

**Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 28270204627**

**auprès du Préfet de région de Normandie**

« cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat »

Formation éligible au dispositif OPCA.

Stage 14H  
soit 2 jours  
espacés d'1  
semaine  
Dates : nous  
consulter

Présentiel

Tous publics

6 à 10 stagiaires

**Compétences  
transversales**  
**Mettre plus de  
vie dans la vie**  
**Mieux  
s'organiser**

Pas de prérequis

Tarif en individuel

180 €

Votre stage en  
famille : 600 €  
(forfait 4 à 6 pers.)

Exonéré TVA

## Formateur : Claire BUREL

SIREN 482 926 664

Auteure éditée, Conférencière Professionnelle Labellisée par l' Association Française des Conférenciers Professionnels  
Thérapeute, Formée à : Communication Non Violente, Méthode Espère©, Hypnoses,  
Créatrice du concept des 4 Dynamiques© et du process d'Echo-Hypnose©,  
Conceptrice des jeux « Mille Mercis » et « Ho 'o'pono'pono 2.0 » pour la gestion émotionnelle.



Claire Burel #enthousiasmeuse



Claire Burel



Les Mots Qui Soignent



Claire Burel



ClaireBurel.com

[Claire@claireburel.com](mailto:Claire@claireburel.com)

TEL 06 67 78 93 21

*Claire Burel*

Conférencière – Formatrice – Auteure – Thérapeute – #Enthousiasmeuse

**F O R M A T I O N S**

---

## **FORMATIONS**

### **à destination des Entreprises, structures professionnelles :**

Des formations interactives, à proposer en intra-entreprise à votre personnel.

Tarifs individuels ou pour l'ensemble du groupe (s'entend pour un groupe d'environ 10 personnes maximum)

**NOUS CONSULTER /NOUS SOLLICITER.**

Claire BUREL 6 route du Froc de Launay 27950 La Chapelle Longueville 06 67 78 93 21

[Claire@claireburel.com](mailto:Claire@claireburel.com) - <http://www.ClaireBurel.com>

*Déclaration d'activité sous le numéro 28270204627 auprès du préfet de la région Normandie  
« Ce numéro ne vaut pas agrément de l'Etat »*

## **Le QC (Quotient de Curiosité): La prochaine valeur mise en avant par les RH**

**>>4 déclinaisons en entreprise : (fiches détaillées pages suivantes)**

6. **Le développement du Quotient de Curiosité** devient l'atout incontournable de l'entreprise de notre XXIème siècle: Elevé, le QC favorise l'adaptabilité, augmente la capacité de travailler en équipe, développe le potentiel pour solutionner, innover, donner de l'élan et du dynamisme... et diminue les risques psycho-sociaux! La bonne nouvelle: on peut le faire évoluer! >>>Plus sur le QC? Voir le blog ici et là et cette petite vidéo minute. (ref 17-P-QC-1)
7. **Le travail en équipe** demande de l'ouverture et des compétences transversales liées au partage des tâches, à la responsabilisation de chacun sur sa part du travail et son implication. Développer son QC, c'est démultiplier tous ces potentiels au sein de l'entreprise(ref 17-P-QC-2)
8. **Une formation autour de l'adaptabilité**: dans notre XXIème siècle, où l'on parle tant de flexibilité, et où le progrès oblige à remettre en question très souvent chaque habitude de fonctionnement, développer l'adaptabilité est une réponse nécessaire, et facilitera toutes les transitions. (ref 17-P-QC-3)
9. **Tous les atouts relationnels du QC mis en œuvre pour une meilleure gestion des relations interpersonnelles** au sein de l'entreprise(ref 17-P-QC-4)

Claire BUREL 6 route du Froc de Launay 27950 La Chapelle Longueville 06 67 78 93 21

[Claire@claireburel.com](mailto:Claire@claireburel.com) - <http://www.ClaireBurel.com>

*Déclaration d'activité sous le numéro 28270204627 auprès du préfet de la région Normandie  
« Ce numéro ne vaut pas agrément de l'Etat »*

17-P-QC-1

Claire Burel

Conférencière – Formatrice – Auteure – Thérapeute – #Enthousiasmeus

F O R M A T I O N S

## Le QC, quotient de curiosité : Développer les atouts de chacun, un bénéfice pour l'entreprise

**Objectifs pédagogiques : Développement de compétences transversales: Réactivité, créativité, adaptabilité, anticipation, implication, travail en équipe : A l'issue de la formation, renforcement de l'implication professionnelle, attitude plus positive, efficacité accrue, meilleur relationnel intra entreprise.**

### Contenus et moyens pédagogiques :

- Apports théoriques autour des bienfaits de la Curiosité –rappels historiques, sociologiques, environnement psychologique & neurosciences. Mise en perspective des obstacles à dépasser(peurs, routine...) (2h). Support présentation visuelle (Powerpoint)
- Connaissance de soi : pour un rapport au monde plus riche d'interactions créatrices et positives. Apports basiques de la morphopsychologie et des ennéagrammes et applications pratiques ( 4h30) Support présentation visuelle + cahier support *La mixité professionnelle du groupe est vecteur d'intérêt supplémentaire de la formation.*
- Développement des aptitudes : comment augmenter votre QC, et les répercussions possibles (2h) S'écouter et écouter l'autre, la relation de travail (1h) Mise en œuvre in situ (2h30) /vidéos / activités créatrices partagées
- Développement des aptitudes créatrices et créatives (partie pratique) (3x 1h) inclue activités sur place et en extérieur, avec consignes et en autonomie
- Travail personnel guidé sur projet personnel « innovation personnelle » 2x 1h + travail personnel éventuel hors stage) pour évaluation du stage
- Un support pédagogique sera remis à chaque stagiaire (cahier) matériel créatif fourni. Sorties courtes expérimentales dans l'environnement proche.

### Modalités d'évaluation et validation du stage

- Restitution par chaque stagiaire de leur projet d'évaluation (1h30)
- Une attestation de formation sera délivrée à l'issue des 5 demi-journées de stage.
- Bonus : Le livre « La routine c'est fini » de C. Burel offert à chaque participant.

**En vertu de l'Article L.6313-3 :** - Les actions d'adaptation et de développement des compétences des salariés ont pour objet de favoriser leur adaptation au poste de travail, à l'évolution des emplois, ainsi que leur maintien dans l'emploi, et de participer au développement de leurs compétences.

**Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 28270204627**

**auprès du Préfet de région de Normandie**

Formation éligible au dispositif OPCA. – L'enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat

**Public visé :**

**RH, Cadres &  
Professionnels  
tous services.  
(La mixité  
interservices**

**Stage 17H  
soit 2 jours 1/2.  
ou 5 demi-journées**

**Dates et Lieu:  
nous consulter**

Présentiel

Intra ou inter-  
entreprises

1050 € /stagiaire

Ou Forfait groupe  
4000€

+25€/stagiaire  
(frais pédagogiques)  
en intra-entreprise



### Formateur : Claire BUREL

SIREN 482 926 664

Auteure éditée, Conférencière Professionnelle Labellisée par l' Association Française des Conférenciers Professionnels  
Thérapeute, Formée à : Communication Non Violente, Méthode Espère©, Communication non-verbale, morphopsychologie, ennéagrammes, PNL, Hypnoses,

Créatrice du concept des 4 Dynamiques© et du process d'Echo-Hypnose©, Conceptrice des jeux « Mille Mercis » et « Ho'oponopono 2.0 » pour la gestion émotionnelle.



Claire Burel #enthousiasmeus



Claire Burel



Les Mots Qui Soignent



Claire Burel

ClaireBurel.com

[Claire@claireburel.com](mailto:Claire@claireburel.com)

TEL 06 67 78 93 21

## Favoriser le travail en équipe grâce au QC (Quotient de Curiosité)

### - Objectifs :

*Développement de compétences transversales liées au travail en équipe : grâce au développement du QC (quotient de curiosité)*

### Contenus pédagogiques et validation :

Apports théoriques de base autour des bienfaits de la Curiosité – aspects psychologiques. Mise en perspective des obstacles à dépasser dans la relation de travail en équipe (2h)

- Apport théorique : le QC et le travail en équipe : les enjeux positifs, les relations, l'écoute, le partage d'informations et des tâches, vus à travers l'utilisation du QC. Gestion des personnalités de chacun (1h30)
- Connaissance de soi et de l'autre: le mode de fonctionnement alliant QC et travail en équipe, aspect pratique et retour d'expériences (2x 2h)
- S'écouter et écouter l'autre : la place de la curiosité et de l'ouverture dans l'équipe de travail (1h30)
- Développement des aptitudes créatrices et créatives, capacité d'innovation, intelligence réactive en équipe, la place et le rôle de chacun (1h30)
- Mise en œuvre d'un projet à réaliser en équipe, qui servira de modalité d'évaluation. (2x 1h30)
- Restitution autour de la mise en œuvre du projet : rapport d'activité en équipe. (0h30)
- Un support pédagogique sera remis à chaque stagiaire
- Une attestation de formation sera délivrée à l'issue des 4 demi-journées de stage.
- Fiche détaillée disponible auprès de la formatrice.

**En vertu de l'Article L.6313-3 :** - Les actions d'adaptation et de développement des compétences des salariés ont pour objet de favoriser leur adaptation au poste de travail, à l'évolution des emplois, ainsi que leur maintien dans l'emploi, et de participer au développement de leurs compétences.

**Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 28270204627  
auprès du Préfet de région de Normandie**

*Formation éligible au dispositif OPCA. - Ce numéro ne vaut pas aarément de l'Etat*

**Stage 14H**

**soit 2 jours  
ou 4 demi-journées**

**Dates : nous  
consulter**

Présentiel

Intra ou inter-  
entreprises

6 à 10 stagiaires

**Compétences  
transversales :  
Capacités  
requisies pour  
travailler en  
équipe**

800 € /stagiaire  
ou  
Forfait groupe  
3400€  
+25€/stagiaire (frais  
pédagogiques)  
en intra-entreprise

 Datadock

### Formateur : Claire BUREL

SIREN 482 926 664

Auteure éditée, Conférencière Professionnelle Labellisée par l' Association Française des Conférenciers Professionnels  
Thérapeute, Formée à : Communication Non Violente, Méthode Espère®, Communication non-verbale, morphopsychologie,  
ennéagrammes, PNL, Hypnoses,  
Créatrice du concept des 4 Dynamiques® et du process d'Echo-Hypnose®, Conceptrice des jeux « Mille Mercis » et « Ho'oponopono  
2.0 » pour la gestion émotionnelle.



Claire Burel #enthousiasmeuse



Claire Burel



Les Mots Qui Soignent



Claire Burel



CLaureBurel.com

[Claire@claireburel.com](mailto:Claire@claireburel.com)

TEL 06 67 78 93 21

# Claire Burel

Conférencière – Formatrice – Auteure – Thérapeute – #Enthousiasme!

## FORMATIONS

**Développer l'adaptabilité au travail grâce au QC (Quotient de Curiosité)**

- **Développement de compétences transversales d'adaptation au changement grâce au développement du QC (quotient de curiosité)**

### Contenus pédagogiques et validation :

- Apports théoriques autour des bienfaits de la Curiosité – aspects psychologiques & neurosciences. Mise en perspective des obstacles à dépasser ( zones de confort, routine, victimisation, ...) (3h)
- Apport théorique : le QC et l'adaptabilité : les enjeux réels pour l'entreprise et pour le salarié, les potentiels des situations vues à travers l'utilisation du QC. (2h)
- Ecoute des stagiaires, aspect pratique et retour d'expériences vécues autour de l'adaptation et des difficultés ressenties(2h)
- Apport théorique : la routine, et la nouveauté, quel enjeu pour soi ? (2x1h)
- Expérimentations hors zone de confort pour évaluation [Des pratiques différentes selon les stagiaires, seront proposées sur site ou en sortie] (2x2h)
- Débriefing sur l'expérience hors zone de confort (1h)
- Un support pédagogique sera remis à chaque stagiaire
- Une attestation de formation sera délivrée à l'issue des 4 demi-journées de stage.
- Bonus : un ouvrage « La routine c'est fini » de C. Burel offert à chaque stagiaire

**En vertu de l'Article L.6313-3 :** - Les actions d'adaptation et de développement des compétences des salariés ont pour objet de favoriser leur adaptation au poste de travail, à l'évolution des emplois, ainsi que leur maintien dans l'emploi, et de participer au développement de leurs compétences.

**Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 28270204627**

**auprès du Préfet de région de Normandie**

Formation éligible au dispositif OPCA. - Ce numéro ne vaut pas agrément de l'Etat

**Stage 14H  
soit 2 jours  
ou 4 demi-journées**

**Dates : nous  
consulter**

Présentiel

Intra ou inter-  
entreprises

**Compétences  
transversales  
d'adaptation au  
changement**

**Pas de prérequis**

800 € /stagiaire  
ou  
Forfait groupe  
3400€  
+25€/stagiaire (frais  
pédagogiques)

 Datadock

**Formateur : Claire BUREL**

SIREN 482 926 664

Auteure éditée, Conférencière Professionnelle Labellisée par l' Association Française des Conférenciers Professionnels  
Thérapeute, Formée à : Communication Non Violente, Méthode Espère®, Communication non-verbale, morphopsychologie,  
ennéagrammes, PNL, Hypnoses,

Créatrice du concept des 4 Dynamiques® et du process d'Echo-Hypnose®, Conceptrice des jeux « Mille Mercis » et « Ho'oponopono 2.0 » pour la gestion émotionnelle



Claire Burel #enthousiasmeuse



Claire Burel



Les Mots Qui Soignent



Claire Burel



ClaireBurel.com

[Claire@claireburel.com](mailto:Claire@claireburel.com)

TEL 06 67 78 93 21

Claire Burel

Conférencière – Formatrice – Auteure – Thérapeute – #Enthousi

F O R M A T I O N S

**Mieux communiquer, soi et les autres, grâce au QC (Quotient de Curiosité)**

**Développement de compétences transversales : A l'issue des deux journées, les stagiaires savent mieux analyser les situations relationnelles et adapter leur comportement de communication à l'environnement immédiat.**

**Ils savent également mieux réagir en situation de conflit grâce à une compréhension basée sur plusieurs typologies différentes**

• **Contenus pédagogiques et validation :**

Apports théoriques de base sur ces trois approches de modélisation : mieux comprendre personnalités, enjeux personnels et relationnels, et toutes les interactions (4x 1h30)

- Exercices pratique de reconnaissance de soi et des autres, mises en situations(2x1h)
  - Exercices et jeux de pratique relationnelle et compréhension des enjeux in situ (jeux de rôles)(2x1h)
  - Approche & 'analyse de situations vécues/retour d'expériences des stagiaires ( 4x 1h)
  - Evaluation par mise en situation (jeux de rôles)
- Un support pédagogique sera remis à chaque stagiaire
  - Une attestation de formation sera délivrée à l'issue des 2 journées de stage.
  - Fiche détaillée disponible auprès de la formatrice.

**En vertu de l'Article L.6313-3 :** - Les actions d'adaptation et de développement des compétences des salariés ont pour objet de favoriser leur adaptation au poste de travail, à l'évolution des emplois, ainsi que leur maintien dans l'emploi, et de participer au développement de leurs

**Stage 14H  
soit 2 jours  
espacés d'une  
semaine**

**Dates : nous  
consulter**

Présentiel

Intra entreprises

**Compétences  
transversales  
compréhension  
mutuelle et  
communication**

**Pas de prérequis**

800 € /stagiaire  
Ou  
Forfait groupe  
3400€  
+25€/stagiaire (frais  
pédagogiques)  
en intra-entreprise



**Formateur : Claire BUREL**

SIREN 482 926 664

Auteure éditée, Conférencière Professionnelle Labellisée par l' Association Française des Conférenciers Professionnels  
Thérapeute, Formée à : Communication Non Violente, Méthode Espère©, Communication non-verbale, morphopsychologie, ennéagrammes, PNL, Hypnoses,  
Créatrice du concept des 4 Dynamiques© et du process d'Echo-Hypnose©, Conceptrice des jeux « Mille Mercis » et « Ho'oponopono 2.0 » pour la gestion émotionnelle



Claire Burel #enthousiasmeuse



Claire Burel



Les Mots Qui Soignent



Claire Burel



ClaireBurel.com

[Claire@claireburel.com](mailto:Claire@claireburel.com)

TEL 06 67 78 93 21

## Un Atelier Sensoriel

a pour vocation de vous faire **ressentir** les contenus pédagogiques au lieu de vous les restituer de façon magistrale ou « scolaire » : vous êtes **à l'écoute de vos ressentis**, de **votre vécu**, et **l'expérience, ludique à souhait et bien choisie**, prend alors toute sa place pour définir et **s'approprier les apprentissages** utiles, et **faire naître des questionnements** dont la **réponse émerge, même intuitivement ou silencieusement**, **du vécu individuel et collectif et du partage d'expérience**

Ce **temps de partage**, spontané pendant l'activité, ou lors d'un débat rapide ensuite, permet d'ouvrir **l'expérience personnelle** à celle **vécue par le reste du groupe**, en **élargissant l'horizon**. C'est aussi le but du cahier, qui vous est délivré *après* l'atelier.

La théorie exposée lors des ateliers sensoriels est volontairement restreinte au minimum afin de **laisser toute la place au vécu sensible de chacun**.

Il va sans dire que le **coté ludique** est un élément moteur de l'expérience. **Un apprentissage s'inscrit toujours dans les émotions**, et le rire comme la frustration, la joie comme la colère ou la peur, sont des **marqueurs forts d'apprentissages** tout au long de la vie.

Lors des expériences sensorielles des Ateliers, le rire est invité permanent, mais il arrive que d'autres **émotions apportent une variété intéressante de ressentis**. **Tout devient possible, et la compréhension des enjeux est un partage créatif**.

## L'Atelier Sensoriel se décline sur des temps

variables, privilégier une durée de 2 à 3 heures pour plus d'implications.

### Témoignages :

- ✓ « Ludique et original, on ne voit pas le temps passer »
- ✓ « L'activité qui m'a le plus approttée, est [activité] dans un contexte où il faut prêter attention à l'autre et se coordonner, dans le respect de l'individu et collectif »
- ✓ « J'ai vécu cet atelier avec intensité, partage et richesse » « j'ai aimé le travail collaboratif basé sur les compétences de chacun »
- ✓ « L'histoire racontée a été une expérience édifiante que j'aurai plaisir à partager avec mon entourage ».
- ✓ « je recommande cet atelier qui développe l'ouverture d'esprit »

Claire BUREL 6 route du Froc de Launay 27950 La Chapelle Longueville 06 67 78 93 21

[Claire@claireburel.com](mailto:Claire@claireburel.com) - <http://www.ClaireBurel.com>

Déclaration d'activité sous le numéro 28270204627 auprès du préfet de la région Normandie

« Ce numéro ne vaut pas agrément de l'Etat »

Tous les exercices que vous réalisez lors des

## Ateliers Sensoriels

sont spécialement conçus et articulés par Claire BUREL autour du thème choisi ensemble, pour vous faire expérimenter diverses situations autour du thème « Soi et L'Equipe ».

Ils s'adressent à l'entreprise : *vécu en équipe, confiance en soi, communication, ou sérénité, sortir de la routine, découvrir les valeurs de la curiosité... Toutes sortes de thèmes peuvent faire l'objet d'un atelier sensoriel très réussi !*

*Claire BUREL, #Routinologue –Curiositologue, et #Enthousiasmeuse utilise en premier lieu les ressorts de la surprise, de la mise en situation d'un vécu décalé, au cours de cette formule d'atelier.*

*Afin de ne pas court-circuiter le vécu sensoriel, le cahier « mémo » est prévu pour être distribué après l'atelier.*

Pour certaines personnes, il est possible que la zone de confort soit légèrement dépassée. Cela fait partie des éléments des ateliers sensoriels qui sont porteurs de résultat.

Certains peuvent aussi avoir le sentiment d'assister à un atelier *étrange*, voire « *sans queue ni tête* », et s'attendent parfois à davantage de théorie et d'exposé technique ou de clés et modélisation théoriciennes, qui ne sont pas au programme :

Cet inconfort déstabilisant lié à la nature même de l'Atelier Sensoriel crée parfois une forme de frustration, qui est elle-aussi porteuse de découvertes.

\*\*\*

**#Soyez Curieux** et rejoignez le groupe facebook du même nom !

Claire BUREL 6 route du Froc de Launay 27950 La Chapelle Longueville 06 67 78 93 21

[Claire@claireburel.com](mailto:Claire@claireburel.com) - <http://www.ClaireBurel.com>

Déclaration d'activité sous le numéro 28270204627 auprès du préfet de la région Normandie  
« Ce numéro ne vaut pas agrément de l'Etat »

*Claire Burel*

Conférencière – Formatrice – Auteure – Thérapeute – #Enthousiasmeuse

F O R M A T I O N S

---

*Contactez-nous facilement :*

*06 67 78 93 21*

*02 76 76 10 37*

*Bonjour@claireburel.com*

- Une de ces formations est forcément faite pour vous :  
L'avez-vous trouvée ?  
Pouvons-nous vous y aider ?

Claire BUREL 6 route du Froc de Launay 27950 La Chapelle Longueville 06 67 78 93 21

[Claire@claireburel.com](mailto:Claire@claireburel.com) - <http://www.ClaireBurel.com>

*Déclaration d'activité sous le numéro 28270204627 auprès du préfet de la région Normandie  
« Ce numéro ne vaut pas agrément de l'Etat »*