

« Ayez l'Audace d'Aligner vos Actes à votre Âme ! »



Sabine BAZILLIO : Depuis plus de 20 ans, j'ouvre des espaces où des femmes et des hommes apprennent à œuvrer en cohérence avec eux-mêmes.

Mon moteur ? La conviction que chacun porte une créativité capable de transcender ses freins et ses automatismes pour offrir sa contribution unique au monde.

Mon inspiration ? Les peuples racines et leur sagesse ancestrale, la nature et ses lois universelles, le monde animal.

Gestalt-thérapeute et autrice, je développe un espace dédié au développement personnel et à la psychothérapie dès 2011. En 2017, je crée le jeu oracle « L'Audace de l'Âme » (dont la nouvelle édition sort en 2026), suivi d'un conte illustré « Le Poisson Sorti du Calendrier » le 1er Avril 2021. Ces 2 créations singulières invitent l'une et l'autre, par le biais d'images symboles et de textes épurés, à se relier à son essence.

2026 signera ma 8ème participation à l'UDP, où j'assiste avec enthousiasme chaque année à ces bascules, ces déclics, ces métamorphoses : des graines pleines de promesse qui germent et qui continueront à faire croître chaque entrepreneur, tant sur le plan personnel que professionnel !

OBJECTIFS

Analyser les facteurs personnels qui nourrissent son énergie, son engagement et sa performance en tant que dirigeant.e
Identifier et évaluer ses héritages (personnels, culturels, professionnels) afin de déterminer ceux à transmettre dans son entreprise et auprès de ses clients

Explorer et analyser ses zones d'ombre pour développer son efficacité relationnelle et managériale

Mobiliser ses ressources internes pour aligner ses pensées, ses émotions et ses actions dans sa posture de dirigeant.e

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1 - après-midi

Ancrage et exploration des ressources (ANNA - Ancrage)

Repérage, avec différents outils, des situations passées d'énergie optimales de votre vie

- Co-créations pour offrir en spectacle ce qui vous anime en profondeur

- Co-création de l'arbre des âmes — fresque collective où chaque participant prend sa place et où se révèle subtilement l'inconscient & l'inexploré de chacun.

JOUR 2 - matin

Croyances, Héritages et Vision (ANNA - Nettoyage)

Nous irons explorer les conditions de votre propre émergence en quête de votre part d'être qui a besoin d'apparaître : le pas-sage du masque du faire au cœur de l'être.

JOUR 2 - après-midi

Croyances, Héritages et Vision - Suite (ANNA - Nidification)

Identifier les contraintes et ressources de votre parcours fondateur, avec des exercices de respiration structurée (cohérence cardiaque), de visualisation, et d'expression picturale des représentations émergées. Identification des croyances héritées utiles versus limitantes.

JOUR 3 - matin

Projection, Plan d'action et Clôture (ANNA - Action)

- Définir sa contribution idéale en tant que dirigeant, depuis son être.
- Formaliser un premier pas d'action aligné
- Renforcer la cohérence valeurs-action du dirigeant

Rituel de clôture marquant le passage de l'exploration à l'engagement

METHODE PEDAGOGIQUE

Cette formation s'appuie en accompagnement individuel et de groupe, cette formation s'appuie sur 20 années d'expérience en Gestalt (Regard Systémique), Psychanalyse Jungienne (Archétypes ...) et Psychologie Transgénérationnelle (Héritage, loyauté ...)

Le parcours combine l'utilisation du jeu l'Audace de l'Âme et la méthode ANNA :

- ANCRAGE : Revenir à soi. Prendre racine dans le présent.
- NETTOYAGE : Revisiter croyances et peurs. Laisser partir ce qui est devenu caduc.
- NIDIFICATION : Accéder à ses ressources propres. Activer sa sagesse intérieure.
- ACTION : Repartir avec un premier pas concret et aligné.

J'utilise tout au long du parcours la respiration psycho-énergétique, la méditation, la marche en conscience et la pleine présence (dans la nature), la visualisation, la projection avec le tirage de cartes (en solo et duo), l'expression artistique (fresque, peinture, poésie, théâtre) et le tableau de vision (vision board)

PRE REQUIS

Aucun

DUREE : 2,5 jours – 16,5 heures

PUBLIC : Tout.e dirigeant.e d'entreprise prêt.e à « oser être soi »

SUIVI ET EVALUATION

Feuille de présences émargées sur place.

Certificat de réalisation envoyé à l'issue du stage

Auto-évaluation des acquis à la fin du stage.

Evaluation à chaud de la satisfaction fait en ligne.

ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP : Nous contacter à formation@cjd.net

MAJ le 16/04/2026 par la responsable pédagogique