

BIEN-ÊTRE ET JEU VIDÉO, BLOG JEUX VIDÉO,
HYPERSENSIBILITÉ ET JEU VIDÉO,
JEU VIDÉO THÉRAPIE

Jeu vidéo et développement personnel

25 juin 2022 / 2 Commentaires

Il y a deux semaines, j'annonçais officiellement mon activité en tant que coach en développement personnel sur Instagram. Hypersensibilité et jeux vidéo sont les thèmes abordés dans mes accompagnements. La personne qui parle à la fois le langage gaming et à la fois le langage bien-être, c'est moi. Je vous explique dans cet article comment j'en suis arrivé à amener le jeu vidéo dans le développement personnel et inversement.

Hypersensibilité

COMMENTAIRES

RÉCENTS

Ophélie Barbotte dans 6 bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo indépendants

Piko dans 6 bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo indépendants

de jouer à des jeux vidéo indépendants

Vincent dans Pensées RÉSEAUX

obséd dans Pensées jeu vidéo vous hante

Marielle dans Bonnes

Raisons sur jeu à part des jeux

2023 indépendants

6 bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo indépendants



Je suis une hypersensible heureuse

Pour commencer, il faut savoir que j'ai traversé bien des périodes difficiles avant d'en arriver à aimer mon **hypersensibilité**. Dans ces périodes, des personnes m'ont aidé, j'ai été coaché, j'ai suivi une thérapie et j'ai développé aussi mes propres outils pour avancer.

L'hypersensibilité, on en parle beaucoup ces dernières années, c'est devenu un sujet récurrent et pourtant encore beaucoup de personnes ignorent ce que c'est et ce que ça représente de manière globale.

C'est en comprenant comment **l'hypersensibilité** fais de moi ce que je suis avec mes particularités que j'ai appris à l'apprivoiser pour en faire une véritable force.

La libération d'être soi-même



J'ai eu cette libération quand j'ai compris comment accepter qui je suis pleinement. **Le développement personnel** m'a amené à l'acceptation et l'autorisation d'être moi.

CATÉGORIES

COMMENTAIRES

RÉCENTS

Ophélie Barbotte dans 6 bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo indépendants

Piko dans 6 bonnes raisons

de jouer à des jeux vidéo

indépendants

RÉSEAUX

Vincent dans Pensées obséd in s ig m jeu vidéo vous hante

ARTICLES RÉCENTS

Raisons sur jayapandexjeux

2023 indépendants

6 bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo

indépendants



La pratique de la méditation est devenue indispensable et elle à transformer ma façon de penser, d'agir, de vivre.

Les outils et les suivis thérapeutique m'ont appris comment m'aimer moi même pour ce que je suis.

Ayant la révélation de ressentir tous ces changements, j'ai commencé à me former sur la **santé mentale**, **l'hypersensibilité** puis le **coaching**.

Le jeu vidéo en bien-être

Un outil précieux

Il est important de savoir que **le jeu vidéo**, qui est un loisir à la base, est devenu un véritable outil complet de **développement personnel** pour moi.

👉 Dans un premier temps, pour savoir et analyser comment je me sens, mais aussi pour développer des compétences particulières

👉 m'aider à comprendre certaines choses sur moi, pour la concentration

👉 apprendre à me fixer des objectifs, pour sociabiliser

Les jeux vidéo pour s'aider soi-même

J'ai compris que **le jeu vidéo** est un outil pour s'aider soi-même et il y a la possibilité de le faire en pleine conscience. C'est un outil qui permet de lâcher prise également. Il se complète bien avec d'autres outils comme l'écriture, la méditation ou encore la cohérence cardiaque.

Utilisé d'une certaine manière, **le jeu vidéo** nous apporte beaucoup d'informations sur nous et peut nous aider à travailler sur nous, en nous mettant parfois en situation d'inconfort mais aussi en nous stimulant.

Ma mission

CATÉGORIES

COMMENTAIRES

RÉCENTS

Ophélie Barbotte dans 6

bonnes raisons de jouer à
des jeux vidéo

indépendants

Piko dans 6 bonnes raisons
de jouer à des jeux vidéo

indépendants

RÉSEAUX

Vincent dans Pensées
obséd jeu

vidéo vous hante

ARTICLES RÉCENTS

Marie dans 6 bonnes

Raisons sur jeu à part des jeux

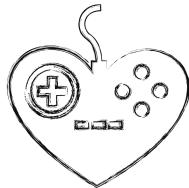
2023 indépendants

6 bonnes raisons de jouer à
des jeux vidéo

indépendants



Aider et transmettre sont devenu une véritable mission de vie pour moi. On m'a tellement dit de nombreuses fois de le faire, d'aller à fond dans cette mission, dans ce rôle que j'incarne déjà depuis longtemps. Je suis **coach** et j'ai naturellement envie de vous guider vers votre meilleur vous-même.



— CATÉGORIES —



COMMENTAIRES

RÉCENTS

Ophélie Barbotte dans 6

bonnes raisons de jouer à

des jeux vidéo

indépendants

Piko dans 6 bonnes raisons

de jouer à des jeux vidéo

indépendants

Vincent dans Pensées

obséd jeu

vidéo vous hante

Mariel dans Bonnes

Raisons sur la Jeux à des Jeux

2023 indépendants

6 bonnes raisons de jouer à

des jeux vidéo

indépendants



Coach en développement personnel



J'ai créé mon entreprise pour vous amener dans un univers qui correspond aux passionné(e)s de **jeux vidéo**.

Alors, j'ai adapté et modulé des accompagnements pour les personnes qui n'arrivent pas à se tourner pas vers un des professionnels par peur que l'on juge leur pratique du jeu vidéo.

Je suis la personne qui parle le langage **gaming et bien-être**. Je peux apporter dans la bienveillance, la découverte du **développement personnel** à travers **le jeu vidéo**.

Certains de mes accompagnements s'adressent aux **hypersensibles** qui ont besoin d'aide pour s'accepter et apprendre à aimer leur hypersensibilité.

Pour finir, j'aide aussi les parents qui ont besoin de comprendre l'approche du **jeu vidéo** avec leurs enfants. Pour une aide sur la **gestion du temps de jeu**, les émotions, un soutien et des informations pour une meilleure compréhension de la situation.

Je ne suis pas une spécialiste en parentalité, cependant je connais bien le domaine **du jeu vidéo** et celui des émotions.

★ En bref, les personnes qui sont concernées par mes accompagnements sont :

- les hypersensibles

CATÉGORIES

COMMENTAIRES

RÉCENTS

Ophélie Barbotte dans 6

bonnes raisons de jouer à
des jeux vidéo

Piko dans 6 bonnes raisons

de jouer à des jeux vidéo

obséd s ur jeu

vidéo vous hante

ARTICLES RÉGENTS

Réactions sur la naphtophenole

6 bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo

indépendants



- **les gamers et les gameuses** (joueurs et joueuses pro ou juste simplement passionné(e)s)
- **les parents** qui veulent comprendre cet univers et avoir de nouveaux outils

— CATÉGORIES —

Vous pouvez retrouver [ma page professionnelle](#). Merci de m'avoir lu ❤️

N'hésitez pas à échanger avec moi sur les réseaux ou ici en commentaire.

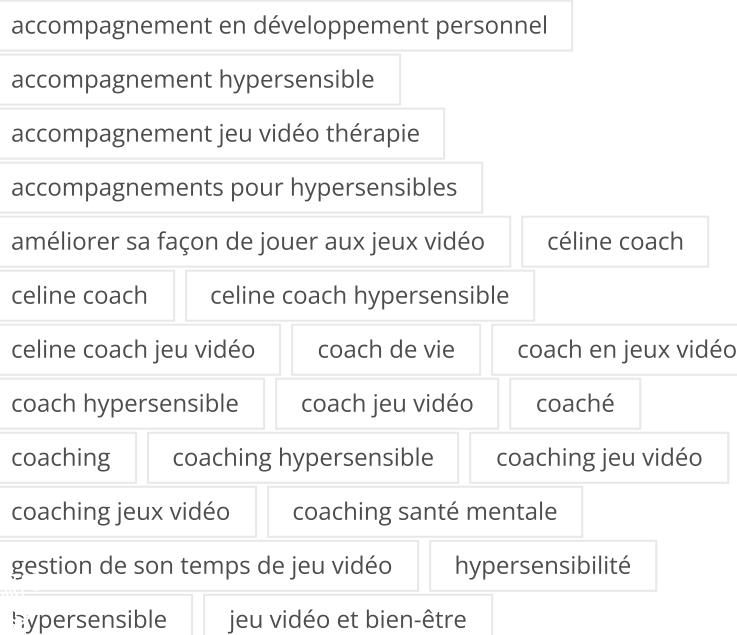


Céline Nicolini

CRÉATRICE ET RÉDACTRICE



Vues : 47



COMMENTAIRES

RÉCENTS

Ophélie Barbotte dans 6

bonnes raisons de jouer à

des jeux vidéo

indépendants

Piko dans 6 bonnes raisons

de jouer à des jeux vidéo

indépendants

Vincent dans Pensées

obséd s ir jeu

vidéo vous hante

Marie dans Bonnes

Raisons sur jeu à par des jeux

2023 indépendants

6 bonnes raisons de jouer à

des jeux vidéo

indépendants





Par Céline Nicolini

**VOUS POURRIEZ AUSSI AIMER**

Haven Park : un jeu comme Animal Crossing, en mieux

17 février 2023

Jeux vidéo : rien ne t'oblige à jouer avec tes amis

12 novembre 2022

Jeux vidéo : comment se libérer de ses croyances limitantes ?

17 décembre 2022

2 COMMENTAIRES**SANDRINE**

17 MARS 2023 À 14H36 [MODIFIER]

Bonjour

Merci de votre article qui m'a plu car vous dédramatiser les jeux videos ...du coup je vais voir autrement les temps de jeux de mes enfants 12 hypersensible je pense et 14ans.

RÉPONDRE**CATÉGORIES****COMMENTAIRES****RÉCENTS**

Ophélie Barbotte dans 6 bonnes raisons de jouer à

des jeux vidéo

indépendants

Piko dans 6 bonnes raisons

de jouer à des jeux vidéo

indépendants

Vincent dans Pensées

obséd dans Jeux

vidéo vous hante

Marie dans Bonnes

Raisons sur la jeu à l'exemple

2023 indépendants

6 bonnes raisons de jouer à

des jeux vidéo

indépendants

CÉLINE NICOLINI

17 MARS 2023 À 18H58 [MODIFIER]

RÉPONDRE



Avec plaisir ! N'hésitez pas à me contacter sur Instagram @celine_coach si vous souhaitez échanger !
https://www.instagram.com/celine_cc

CATÉGORIES

LAISSER UN COMMENTAIRE

Connexion en tant que Céline Nicolini. [Modifier votre profil](#). [Se déconnecter](#)? Les champs obligatoires sont indiqués avec *

Commentaire

LAISSEZ UN COMMENTAIRE

COMMENTAIRES

RÉCENTS

Ophélie Barbotte dans 6

bonnes raisons de jouer à

des jeux vidéo

indépendants

Piko dans 6 bonnes raisons

de jouer à des jeux vidéo

indépendants

Vincent dans Pensées

obsédantes : quand un jeu

vidéo vous hante

Marie G. dans 6 bonnes

2024 Journal d'une Gameuse © | Tous droits réservés
raisons de jouer à des jeux

Communauté Qui sommes-nous Politique de confidentialité Mentions légales |

Thème Ashe par WP Royal.

vidéo indépendants