

ACCUEIL

BLOG JEUX VIDÉO ▾

QUI SOMMES-NOUS ▾



CONTACT

COMMUNAUTÉ



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

RÉSEAUX

Vincent dans 3 Pensées

obséd       \ jeu

vidéo vous hante

ARTICLES RÉCENTS

Marie G. dans 6 bonnes

Raisons de jouer à 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'appivoiser 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

Vincent dans 3 Pensées

obsédé par les jeux vidéo vous hante

ARTICLES RÉCENTS

Marie G. dans 6 bonnes
Raisons de jouer à des jeux
vidéo indépendants

6 bonnes raisons de jouer à
des jeux vidéo
indépendants



RÉSEAUX

obsédé par les jeux vidéo vous hante

vidéo vous hante

ARTICLES RÉCENTS

Marie G. dans 6 bonnes
Raisons de jouer à des jeux
vidéo 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 3 Pensées

obséd      \ jeu

vidéo vous hante

ARTICLES RÉCENTS

Marie G. dans 6 bonnes

Raisons de jouer à des jeux

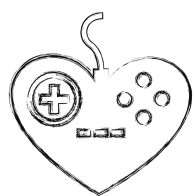
2023 indépendants

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

RÉSEAUX

Vincent dans 3 Pensées
obsédé par le jeu
vidéo vous hante

ARTICLES RÉCENTS

Marie G. dans 6 bonnes
Raisons de jouer à des jeux
vidéo 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
indépendants

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

RÉSEAUX

Vincent dans 3 Pensées
obséd  s  ir  jeu
vidéo vous hante

ARTICLES RÉCENTS

Marie G. dans 6 bonnes
Raisons de jouer à des jeux
vidéo indépendants

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

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.

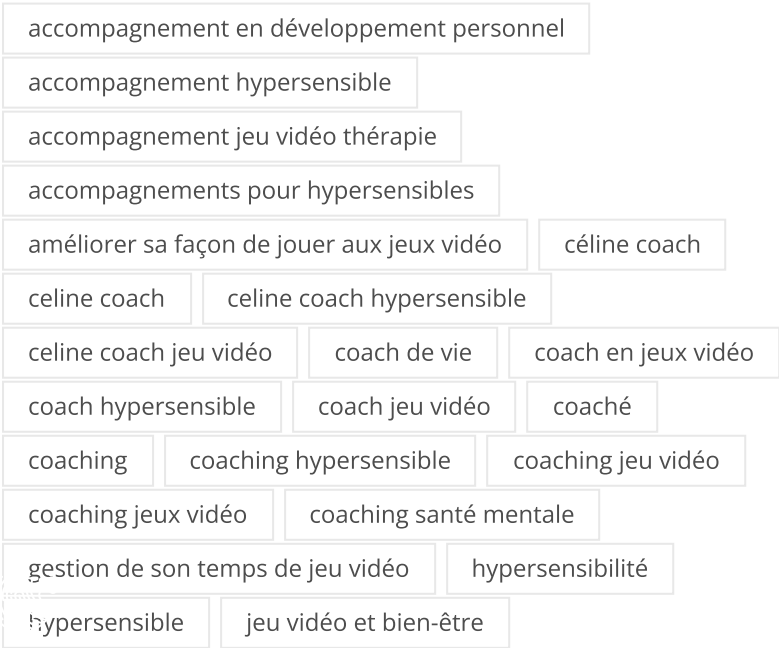


Céline Nicolini

CRÉATRICE ET RÉDACTRICE



Vues : 47



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 3 Pensées obsédantes : le jeu vidéo vous hante

ARTICLES RÉCENTS

- Marie G. dans 6 bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo indépendants
- 6 bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo indépendants

jeu vidéo et développement personnel

jeu vidéo et hypersensible

jeu vidéo et santé

jeu vidéo hypersensible

jeu vidéo thérapie

jeux vidéo

jeux vidéo et hypersensibilité

mon enfant joue aux jeux vidéo

santé mentale et jeu vidéo

santé mentale et jeux vidéo

Par Céline Nicolini



VOUS POURRIEZ AUSSI AIMER



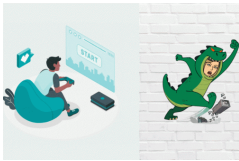
Haven Park :
un jeu
comme
Animal
Crossing, en
mieux

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

CÉLINE NICOLINI
17 MARS 2023 À 18H58 [MODIFIER]

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

RÉSEAUX

Vincent dans 3 Pensées
obséd
vidéo vous hante

ARTICLES RÉCENTS
Marie G. dans 6 bonnes
Raisons de jouer à des jeux
indépendants
6 bonnes raisons de jouer à
des jeux vidéo
indépendants



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

LAISSER 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
raison de jouer à des jeux

Communauté Qui sommes-nous Politique de confidentialité Mentions légales |

Thème Ashe par WP Royal.

vidéo indépendants