

# Vivre un temps intensif de croissance

## *Favoriser l'émergence de l'être*

### **OBJECTIFS DE LA FORMATION**

---

- Se donner des conditions favorables pour stimuler le déploiement de son être.
- S'habiliter à choisir d'analyser des sensations positives et des réalités d'être.
- Se laisser imprégner de sa vie profonde par des temps d'être.
- Être vitalisé.e par des échanges en groupe sur des points d'intérêt concernant la croissance.

### **CONTENU DE LA FORMATION**

---

- *1<sup>ère</sup> partie – Mon cheminement de croissance et les réalités positives*
- *2<sup>ème</sup> partie – Chaque jour : une analyse d'une réalité positive et l'intégration de cette réalité*
  - *Temps d'analyse*
  - *Partage*
  - *Temps d'être*
  - *Réactions aux partages des autres*
  - *Intégration progressive d'un apport « Comment analyser des réalités de mon être »*
- *Plan d'action et bilan*

### **CADRE PÉDAGOGIQUE**

---

La formation est donnée en groupe. Des questions invitent chaque participant.e à observer dans sa propre vie le thème traité et à décrire son vécu. Ce temps personnel d'analyse guidée est suivi de partages libres, sans entrer en discussion. En vue d'approfondir la recherche personnelle de chaque participant.e, la.le formateur.ice intervient et utilise différents moyens pédagogiques (schémas, apports, notes d'observations, ...). Le travail en groupe permet de s'enrichir de la diversité des expériences. On est invité à prendre des décisions réfléchies en lien avec sa réalité concrète.

### **CONDITIONS DE PARTICIPATION**

---

Pour suivre cette formation de manière efficace, il est impératif d'avoir suivi les formations *Qui suis-je ?* ou les formations *Découvrir les traits de mon identité* et *Progresser en solidité* et *À l'écoute de ce qui se passe en moi*. Cette formation n'est pas conseillée aux personnes fortement perturbées ou en psychothérapie sauf avis favorable de leur psychothérapeute.