

# Mes priorités d'engagement

## *Options, engagements et agir essentiel*

### **OBJECTIFS DE LA FORMATION**

---

- Cerner et nommer avec précision ce que l'on perçoit, aujourd'hui, comme faisant partie de son agir essentiel.
- S'engager avec plus de détermination dans l'axe de cet agir essentiel.

### **CONTENU DE LA FORMATION**

---

- *1<sup>ère</sup> partie – Suis-je dans l'axe de mon agir essentiel ?*
  - Histoire de mes choix significatifs
  - L'axe de mon agir essentiel à travers l'émergence de mon être
- *2<sup>ème</sup> partie – Comment m'engager dans l'axe de mon agir essentiel ?*
  - Mise à plat de mes activités d'aujourd'hui
  - Mise en ordre de ma vie
- *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**

---

La formation est accessible à toute personne adulte. Il est nécessaire d'avoir suivi d'autres formations PRH : *Qui suis-je ?* et *À l'écoute de ce qui se passe en moi* et d'avoir pratiqué l'analyse PRH personnellement ou en groupe. Cette formation n'est pas conseillée aux personnes fortement perturbées ou en psychothérapie sauf avis favorable de leur psychothérapeute.