

Lever les freins et entraves dans ma croissance

Trouver un équilibre dans le travail de croissance – restauration – mise en ordre

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Faire le point sur ce qui va bien et ce qui va moins bien dans l'étape actuelle de son cheminement.
- Découvrir et détecter certains obstacles qui peuvent se présenter dans son cheminement personnel.
- Chercher comment les surmonter afin de mieux orienter ou accélérer sa croissance.

CONTENU DE LA FORMATION

- *Mise en route*
- *1^{ère} partie – Regard global sur mon cheminement*
 - Ce qui va bien, ce qui va moins bien dans le travail sur moi
- *2^{ème} partie – Identifier certains obstacles à ma croissance et comment les surmonter*
 - Le point sur ma méthode actuelle de travail avec les outils PRH que j'utilise
 - Mon travail sur le pôle croissance : ce qui me dynamise, mes aspirations, mes limites
 - Mon travail de restauration et de rééducation et pistes de progression
- *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.rice 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 : *Qui suis-je ?* (ou les modules *Découvrir les traits de mon identité* et *Progresser en solidité*), *À l'écoute de ce qui se passe en moi*, une autre formation au choix telle que : *Vivre avec plus d'harmonie en moi* ou *Grandir dans ma capacité d'aimer* et d'être engagé.e dans un accompagnement personnel en PRH de manière régulière.