

Qui suis-je ?

*Votre développement personnel
repose sur la connaissance
du noyau solide de votre personnalité*

CE QUE PEUT VOUS APPORTER LE STAGE

Accéder à une meilleure connaissance de vous-même
Développer l'estime de soi
Identifier vos aspirations essentielles
Clarifier les conditions nécessaires au déploiement de votre personnalité
Progresser en solidité personnelle, en assurance dans la vie, pour mieux faire face aux inévitables difficultés de l'existence

LE CONTENU DU STAGE

1^{ère} partie : 2 portes d'entrée dans la connaissance de soi :

- L'image de soi
- La relation aux autres

2^{ème} partie : Les réalités importantes de la personne :

- L'être : réalité essentielle et noyau central de notre personnalité, gisement de potentialités et d'aptitudes le plus souvent mal connues
- Intelligence, liberté, volonté : 3 facultés pouvant coopérer au plein développement de la personne
- Le corps, source des énergies
- La sensibilité : ses manifestations – ses réactions – le phénomène de l'hypersensibilité et ses causes
- La conscience profonde pour prendre des décisions qui construisent

3^{ème} partie : Être acteur, actrice de son développement

- Vivre certaines attitudes fondamentales
- Prendre de bonnes décisions

Plan d'action et bilan

PERSONNES CONCERNÉES – CONDITIONS DE PARTICIPATION

Le stage est accessible à toute personne adulte, quelles que soient : sa situation, sa formation ou son activité. Ce stage est déconseillé aux personnes perturbées ou qui bénéficient d'un suivi psychiatrique sauf sur avis favorable de leur médecin.

Il n'est pas nécessaire d'avoir suivi d'autres formations PRH.