

## DEVENIR SON MEILLEUR ALLIÉ



*Pris dans le tourbillon de la vie, occupant souvent plusieurs rôles, il arrive que l'on perde de vue ses priorités, que, le « nez dans le guidon », on ne sache plus trop après quoi l'on court et que l'on ait le sentiment de subir sa vie.*

### Objectif

Ce stage n'est pas un bilan de compétences au sens où il est habituellement défini. Au fond, nous connaissons nos compétences et nos savoir-faire. Le besoin, bien souvent, est de faire le point, trouver une aide pour se poser les bonnes questions, nous conforter et/ou nous donner confiance dans nos projections d'avenir, afin de se sentir à SA place.

Cette formation est donc un espace pour faire les bons choix pour soi, pour redonner du sens à ce que l'on fait, retrouver un second souffle, de la motivation et pour redevenir ACTEUR de sa vie.

### Programme

- Repérer ses satisfactions et insatisfactions actuelles,
- Mettre au clair ses attentes, ses besoins et ses aspirations,
- Dégager un sens, une direction que l'on veut pour « demain »,
- Explorer ses valeurs et ses motivations,
- Identifier les ressources nécessaires et celles qui sont éventuellement à acquérir,
- Analyser les freins, les blocages à la réalisation de ses projets, donc de Soi et les dépasser,
- Mettre en place un plan d'action avec les étapes, les moyens à mobiliser et un calendrier de mise en œuvre.

### Finalités

**Pour le salarié :** à l'issue de la formation, il repartira avec un autre regard, une nouvelle capacité d'action, une ligne directrice « balisée » et le sentiment d'être « aligné » ; une méthode pour se coacher lui-même quand il se trouvera à d'autres « carrefours » de son parcours de vie.

**Pour l'employeur :** un collaborateur congruent et en action.

### Durée

2 jours

*« Le présent n'est pas un passé en puissance, il est le moment du choix et de l'action et chaque Homme a son chemin à inventer ».*

