

CLARIFIER SA MOTIVATION ESSENTIELLE

Préciser sa motivation essentielle : 1ère partie

Concrétiser sa motivation essentielle : 2ème partie



Public

Personnes confrontées à un changement majeur au plan professionnel ou personnel

Personnes qui vivent la crise de la trentaine ou celle du « mitan de la vie »

Pour les « seniors » ou tous ceux qui sont « à la croisée des chemins »

Objectifs

- > Découvrir, confirmer ou affiner ses vrais désirs, le « pour quoi je me sens vraiment fait »
- > Lever les inquiétudes, freins, préjugés qui peuvent limiter l'épanouissement personnel ou professionnel
- > Recenser ses ressources personnelles
- > Rédiger sa motivation essentielle, boussole pour une gestion sereine de ses priorités

Processus / Contenu

Réalisation

Durée

2 jours + 2 jours

Animation

Michel LORA

Appropriation optimale par mises en situation.

Nombre réduit de participants.

Dates & Lieux 2010

1ère partie

Paris

1-2 mars

14-15 juin

8-9 nov

2ème partie

Paris

1-2 avril

12-13 juillet

6-7 déc

Coût

1ère & 2ème partie : 2100 € HT

1ère partie : 1350 € HT

2ème partie : 1350 € HT

Préciser sa motivation essentielle – 1ère partie

- > Retrouver des repères : clarifier les « zones de flou » dans les situations actuelles
- > Définir un cap : Explorer les diverses options qu'offre l'avenir
- > Etre capable d'aller dans ses « peurs » pour les dépasser
- > Augmenter la confiance en soi : Développer sa sécurité intérieure face au changement
- > Avoir une image de soi plus juste : Sortir des programmations familiales
- > Etre en mesure de choisir, de dire « non » ou de dire « oui » quand c'est nécessaire
- > S'autoriser à s'engager dans une voie d'évolution personnelle
- > Trouver un « second souffle »
- > Faire la synthèse et rédiger sa motivation essentielle

Concrétiser sa motivation essentielle – 2ème partie

- > Se rendre la vie facile en se concentrant sur l'essentiel
- > Vivre selon ses « vraies » motivations
- > Savoir entendre et répondre au « second souffle » dont « je » suis porteur
- > Donner un sens à sa vie ou Réussir le reste de son existence
- > Avoir la conviction de pouvoir donner le meilleur de soi (travail, famille, vie privée...)
- > Aborder les phases de transition avec sécurité : Se donner des ressources pour gérer les passages difficiles
- > Préserver son capital de savoir – faire pour réussir les transitions de carrière ou d'activité
- > Elaborer son 1er plan d'action : Confirmer sa motivation et définir ses priorités
- > Lister les différents rôles possibles et leurs objectifs correspondants
- > Planifier les changements, choix et décisions à venir
- > Prévoir des moments d'ajustement

*S'aligner sur sa motivation
essentielle procure un sentiment
croissant de plénitude.*