

Libérer ses freins et ses potentiels



Objectifs de la formation

Prendre conscience de ses freins, de ses croyances limitantes et de son potentiel

Accompagner le changement professionnel et rendre l'apprenant.e autonome

Impulser confiance et motivation dans la démarche de réorientation professionnelle

Public Cible



Personne s'inscrivant dans une démarche de réorientation professionnelle

Durée



2 jours

Méthodologie

Accompagnements et form'actions, basés sur des ateliers pratiques et des outils novateurs de transition intérieure.

Alternance de temps collectifs et de temps d'introspection plus individuels et engageants.

Programme



- Approche du changement et de ses impacts émotionnels (stress, confiance en soi...)
- Déconstruction de ses croyances limitantes
- Diagnostic des freins et des opportunités
- Travail sur les freins intérieurs, émotionnels et relationnels
- Focus sur les leviers de motivation
- Travail sur la confiance en soi

