

Descriptif de formation

Mercredis 25 avril et 16 mai 2023 – 9h00 à 17h00

Libérez-vous de vos freins et développez votre confiance en vous

Thème

Ce que nous pensons impacte profondément sur ce que nous faisons. Le fait de se sentir capable est en lien avec nos expériences passées et notre vision du monde. La première étape sera d'identifier vos freins pour ensuite les transformer. Grâce à cet atelier vous allez pouvoir acquérir des outils pour mieux gérer les situations personnelles et professionnelles et trouver un véritable équilibre qui vous permettra de dégager une véritable confiance en vous.

Contenu

- Inhibitions, blocages et difficultés émotionnelles simples
- Valeurs, croyances, identité personnelle et professionnelle
- Confiance et estime de soi
- Lègos games

Objectifs

- Développer la conscience de ses ressources.
- Classifier les niveaux de conscience avec l'échelle de Hawkins.
- Se découvrir au travers de ses valeurs, ses croyances et son identité
- Identifier ses croyances et les dépasser
- Apprendre à se connaître et changer en prenant de l'assurance et en construisant sa nouvelle image en toute confiance

Animation

Pierre Lassalle Vocat, formateur d'adultes (BFFA), spécialiste de résolution émotionnelle.
Erika Vocat, formatrices d'adultes (BFFA) et certificat FFA-MFC

Public cible

Toutes personnes souhaitant mieux se connaître ou apporter des changements durables dans son développement personnel

Participant.e.s

Limité à 12 personnes

formation-ARC.Suisse

Lieu

Hôtel Alpes et Lac, Place de la Gare 2, 2000 Neuchâtel

Inscription

→ Jusqu'au 24 mars 2023 à l'Institut de formation ARC,
Tél. 031 370 21 11 ou sur le site internet www.formation-arc.ch

Frais

Pour les **membres** des fédérations, les frais sont pris en charge de la manière suivante :

- **Syna** : 4 journées de formation/année ;
2 journées de formation pour les retraité.e.s et apprenti.e.s
- **transfair** / transfair Poste : 2 formations/année
- **SwissPersona**: max. CHF 1'000.- /année
- **SCIV**: max. CHF 450.-/année

Pour les **non-membres** : CHF 990.-