

La résilience : gérer le changement



Passeport Réussite

Développez vos compétences entrepreneuriales !
Découvrez nos formations pour porteurs de projets, starters ou indépendants.

Description

Souvent, quand on se trouve face à une situation difficile, on est submergé par les émotions et/ou on se met en pilote automatique. Cela peut nous empêcher de prendre une décision ou de faire un choix de façon consciente, objective.

Lors de cette formation, vous allez pouvoir expérimenter une méthode pour arriver à sortir au plus vite de la partie émotionnelle/automatique pour passer en mode choix/décision en conscience en revisitant la situation, ouvrant le regard et en changeant de point de vue.

Après, avec de la pratique, vous pourrez apprendre à devenir "l'outil" et ça ouvre le regard sur toute situation à analyser, à dépasser ...

Tout cela se fera de façon ludique, légère et ... efficace !

Formateur

Sybille Humblet

coach - facilitatrice - agent multipotentiel.le.s, mais pas que ...

Sybille est indépendante/entrepreneure dans l'âme, slasheuse et heureuse de l'être. Elle propose différentes façons d'accompagner dans/le changement, les étapes de vie ou d'un projet.

Elle met toute son expérience, son écoute, sa bienveillance, ses outils, son intuition, sa perception ... et bien plus ... à votre disposition pour vous aider à développer votre contribution dans le monde.



DETAILS SUR LA FORMATION

Prix: 29 EUR/19 EUR pour demandeurs d'emploi sur base d'une attestation d'Actiris ou du Forem

CONDITIONS D'ADMISSION

Pas de conditions d'admission pour cette formation