

# Entraînement à la prise de décision

*Un outil pour s'entraîner au discernement personnel*

## CE QUE PEUT VOUS APPORTER LE STAGE

---

Ce stage propose un entraînement au discernement personnel en vue de prendre de bonnes décisions :  
en faisant le clair sur les divers éléments qui influencent la prise de décision,  
en découvrant des outils soutenant le processus décisionnel  
en devenant capable de prendre du recul pour agir plus librement au quotidien.

Cet entraînement se fait :

sur des cas réels préparés avant le stage par chaque participant  
et sur les actes ordinaires posés chaque jour du stage.

## LE CONTENU DU STAGE

---

*Une méthode de prise décision :*

- *L'analyse du problème*
- *Le cheminement vers la décision*
- *Vérification de la justesse de la décision prise*
- *Règles pour un discernement constructeur de la personne*

*Autres thèmes traités :*

- *D'où partent mes actes ordinaires ?*
- *Comment se prennent en moi les décisions ?*
- *Les divers types de décisions*
- *Les 3 niveaux de conscience*

*Plan d'action et bilan*

## PERSONNES CONCERNÉES – CONDITIONS DE PARTICIPATION

---

Il est nécessaire d'avoir suivi au moins le stage « Qui suis-je ? ».

Ce stage n'est pas conseillé aux personnes trop fortement perturbées.