

QUI SUIS-JE ?

La personnalité : un dynamisme puissant

Présentation de la session

Nous vous proposons d'accueillir ce titre dans une perspective dynamique de « devenir pleinement qui vous êtes ».

Vous avez déjà une connaissance de vous-même. Peut-être avez-vous l'impression qu'il ne vous reste rien à découvrir ou que l'image de vous est complète. Ce serait faire abstraction des dynamismes intérieurs toujours actifs pour vous conduire vers une vie plus ample, plus solide, et porteuse de nouveauté, là où vous êtes.

Faire l'expérience de cette session sera un enrichissement pour vous quelle que soit votre situation présente.* Il s'agit d'un temps de rencontre avec vous-même et de rencontre avec d'autres. Des découvertes vous attendent : des découvertes de compréhension de vous-même, possiblement des découvertes de type « nouveautés » sur vous, des pistes de croissance personnelle et relationnelle.

Cette session est une session de base de la formation PRH. Elle permet un travail efficace sur soi-même et fournit des clés de compréhension de son vécu intérieur.

Dans l'expérience de ces cinq jours, votre rôle est prépondérant. Votre démarche sera aussi accompagnée par un formateur ou une formatrice PRH compétent(e) et des moyens pédagogiques éprouvés.

Que vous soyez jeune adulte ou adulte, et quelle que soit votre formation antérieure, votre activité professionnelle, votre race, votre religion, vous aurez en commun avec les autres participants et participantes le goût de vous connaître davantage et d'acquérir plus de solidité personnelle.

* Cette session est déconseillée aux personnes fortement perturbées ou qui bénéficient d'un suivi psychiatrique, sauf sur avis contraire de leur médecin.

Pour vous préparer, parcourez attentivement les objectifs de la session, son contenu, ses moyens. Cerner vos motivations et prenez le temps de les nommer.

Objectifs de la session

Cette session vise à aider chacun, chacune à :

- découvrir les réalités importantes qui constituent la personne, selon l'approche PRH, et comment elles sont situées dans la personne,
- mieux se connaître en son essentiel,
- mieux saisir comment progresser pour devenir qui on est, afin de mieux vivre sa vie.

Contenu

Nous commencerons la session par un temps de mise en route pour sortir de l'ombre l'image que nous avons de nous-mêmes. Cette image conditionne nos actes. Elle peut aussi être un frein à notre évolution.

Dans la première partie de la session intitulée « L'impact de l'environnement sur la croissance », nous regarderons :

- l'impact de l'environnement humain
- et l'impact de l'environnement matériel.

Dans la deuxième partie, nous ferons le tour des réalités importantes de la personne :

- l'être : ce qui constitue l'essentiel de qui nous sommes, le noyau de la personnalité ;
- le moi-je : l'instance qui gouverne notre personne ;
- le corps : la réalité physique de qui nous sommes et la source de notre énergie ;
- la sensibilité : notre capacité de vibrer ;
- la conscience profonde : la référence pour prendre des décisions constructives de la personne.

Dans la troisième partie, nous nous interrogerons sur comment progresser dans la réussite de notre vie :

- nous nous arrêterons sur des attitudes fondamentales à vivre
- et nous verrons comment avancer sur trois axes de croissance qui assurent le développement de la personnalité.

Nous terminerons par un bilan de la session.

Moyens pédagogiques

Les « travaux personnels d'analyse » (TPA) constituent le moyen pédagogique le plus important de cette session. Ce sont des questions qui vous permettront, en partant de l'observation de votre propre vécu, une exploration et une analyse méthodique des réalités abordées.

Après chaque TPA, vous serez invité(e) à « partager librement vos découvertes » et à écouter celles des autres sans intervenir sur leur vécu. Ces partages en groupe permettent d'élargir votre expérience. Ils sont généralement complétés par des éclairages du formateur ou de la formatrice PRH qui anime.

Vous recevrez des « Notes d'observations ». Elles présentent les découvertes de la recherche continue à PRH depuis 1970. Elles constituent une clé de lecture du vécu observé.

Vous disposerez de « temps libres » pour vous permettre d'intégrer vos découvertes et de prolonger l'observation de vous-même.

Si vous en ressentez le besoin, vous aurez la possibilité de rencontrer en « entretien privé » le formateur ou la formatrice PRH qui anime la session.

Enfin, des mini-outils vous seront remis pour vous introduire à la méthode PRH.

Matériel à apporter

Apportez simplement une plume, un stylo de votre choix ou votre ordinateur et quelques crayons de couleur.

Au plaisir de vous rencontrer !

* *
*