

Changez de vie !

Voici un thème qui interpelle près de la moitié des Français selon un récent sondage !

Beaucoup de questions, donc... aussi ce document tente de vous donner des pistes pour mieux apprécier si le stage est susceptible de répondre à vos attentes et il commente son contenu.

Il vient en complément de la fiche technique et de la page du site, cette dernière étant à orientation plus « administrative » respectant le « jargon » utilisé pour la formation professionnelle.

Vos motivations

Les situations suivantes vous parleraient-elles ?

- Votre situation personnelle ou professionnelle vous « pèse » ; vous aspirez à autre chose pour vous épanouir, certes, mais vous vous sentez piégé. Plus tard, peut-être, quand les enfants seront « casés », quand vous aurez pu obtenir un autre job, quand vous serez à la retraite...
- Vous aimeriez bien accéder à autre chose, mais vous ne voyez pas du tout la forme que cela pourrait prendre.
- Vous rêvez d'une nouvelle situation, d'un nouvel environnement, mais vous ne vous sentez pas capable, vous doutez de vous. Ou tout simplement vous n'avez pas l'énergie nécessaire, voire vous déprimez.
- Vous avez une idée pour une nouvelle activité mais ne savez pas si elle serait viable ni comment la mettre en place.
- Vous avez une impression de chaos avec tant d'expériences, de rencontres, de formations, de job différents que cela vous donne le tournis en vous laissant l'impression de perdre du temps, de ne pas trouver le sens à donner à tout cela et qui reste à découvrir, s'il y en a un.
- Vous avez déjà vécu des changements, mais cela ne vous a pas apporté le bonheur que vous espériez... alors vous « n'y croyez » plus et vous vous résignez à votre situation actuelle, bien que peu épanouissante. Au moins, vous n'aurez pas à souffrir de nouvelles déceptions.
- Vous ne pensez pas être doué pour faire autre chose, alors tant pis, vous vous résignez, c'est votre « karma ».
- Vous avez une idée précise pour une nouvelle activité ; êtes-vous sûr d'avoir bien identifié ce qui vous attire vraiment dans cette activité ? Avez-vous bien mis à contribution vos talents même ceux encore endormis ? Avez-vous mesuré les étapes nécessaires pour la concrétiser ? Disposez-vous des outils de gestion pour gérer cette nouvelle vie ?

Si ces situations vous interpellent ? Alors le stage pourra certainement vous apporter des réponses et des aides concrètes, au besoin, faire jaillir cette étincelle, faire surgir ce déclic qui va vous mettre en marche, pour de bon.

Les deux tiers du stage sont consacrés à ces multiples aspects personnels qui, bien souvent, interagissent entre eux. Ils ont un dénominateur commun : trouver sa juste place dans la vie en assumant la force que porte son magicien intérieur et la richesse de ses talents souvent ignorés. C'est la partie qui est fondamentale pour faire émerger ou valider ou infléchir un projet. Cela est indispensable aussi pour l'orientation à donner à sa vie personnelle, en dehors d'un projet d'activité. Cela est original et précieux car les stages Pôle Emploi, Chambre de Commerce et les bilans de compétences visent à identifier les activités où vous seriez performant mais cela ne préjuge en rien de la satisfaction que vous en retirerez.

Nous parlerons d'abord de vous

Les aspects personnels sont abordés avec un fil conducteur : reconnaître votre magicien intérieur, lui faire confiance et permettre son épanouissement en libérant son potentiel de créativité. Quand on a adhère à cela, la démarche devient, en effet, vraiment magique !

Introduction au changement

Bien souvent notre désarroi, nos peurs, notre inertie proviennent d'une absence d'ancrage. Aussi la première étape consistera à la rechercher dans l'observation du Vivant. Avec le premier enseignement à en tirer : trouver sa juste place au regard de notre environnement.

Ensuite nous aborderons la manière d'apprivoiser, de réveiller notre magicien intérieur, ce personnage qui sommeille en chacun de nous et qui détient la réponse à notre quête d'autre chose.

Découvrir les pouvoirs « magiques » qui lui permettent de faire des miracles ! Le magicien voit tout, sait tout, et agit là où cela semblait impossible !

Constater que ce magicien qui sommeille en nous risque de s'impatienter ; c'est en général lui qui nous adresse, désespéré, des suppliques qui se traduisent en mal-être, parfois en maladies.

Se rendre compte que ce magicien est aussi un alchimiste. Il connaît l'art de la transformation, en général avec le feu, réel ou symbolique. C'est bien lui qui sera compétent pour nous aider à faire face aux perspectives de changement que nous allons aborder une fois que jaillira cette étincelle qui rendra possible l'embrasement de notre vie.

Réveiller son magicien intérieur, c'est se donner l'impulsion de sortir de la routine, de la passivité et des conditionnements... C'est passer de la résignation à la créativité. C'est prendre sa vie en main et cesser de subir, de se plaindre et d'accuser.

Pour cela de nombreux exercices et réflexions vont être abordés :

- Apprendre à mieux se connaître
- Affiner sa sensibilité
- Comprendre le changement et identifier les multiples freins et pièges
- Identifier les bonnes excuses
- Reprendre confiance en soi face aux dénigrement, objections, limites apparentes
- Des témoignages encourageants
- Des textes inspirants
- Ranimer notre capacité d'étonnement, condition pour que l'émerveillement s'installe pleinement dans notre vie, engendrant une attitude de gratitude
- Apprendre à changer de regard, de point de vue, au propre comme au figuré
- Découvrir le pouvoir quasi magique de l'inversion de regard, technique originale, simple, efficace pour transformer notre relation au monde

Comprendre votre envie de changement

La démarche de changement proprement dite

- Faut-il changer et pourquoi ? Fuir une situation ou aspirer à une nouvelle vie ? Donner le meilleur en retour de ce que nous avons reçu.
- Les rythmes du changement
- Nos demandes à l'univers et la puissance du « non-agir »
- Articulation entre changement intérieur et changement extérieur
- Détermination et persévérance
- Le bon moment : ne pas se désespérer de n'être pas une « start-up », une « jeune pousse » et apprécier que nous puissions faire partie des « late bloomer », de ces plantes à floraison tardive
- L'importance de créer le climat propice au surgissement du « déclic », du jaillissement de « l'étincelle » en sachant que pourra suivre un long travail pour avancer millimètre par millimètre, jour après jour.

Impact écologique de vos projets

Approche d'une éco-spiritualité laïque

Pour une vie plus épanouie : les 10 ingrédients pour construire sa « légende personnelle »

Nous parlerons longuement de votre recherche

Cette partie centrale se résume en peu de lignes, certes, mais occupe un tiers de la semaine.

Clarifier votre potentiel, vos talents

- Trouvez vos talents
- Cultivez vos rêves

A la recherche d'idées

- Avec qui, où, comment, quoi, à combiner avec talents et passions ; la boîte à idées
- Mission et vocation
- Eloge de l'audace

Les paramètres matériels

Un dernier tiers du stage est consacré aux aspects matériels que suppose un changement de vie, principalement sur le plan professionnel. De nombreux outils sont présentés.

Cette partie répond à deux objectifs

- 1. Les questions administratives et organisationnelles peuvent parfois rétroagir sur le choix des projets qui viennent de s'esquisser.*
- 2. C'est un moyen de faire le point sur ces questions et voir si une formation plus approfondie sur tel ou tel de ces volets s'avère souhaitable et donc de l'introduire dans le rétroplanning.*

A noter qu'un stage d'une semaine est programmé par ailleurs, entièrement consacré aux aspects administratifs pour qui souhaiterait les approfondir.

Culture générale économique

Concept de l'entreprise naturelle

Fonctionnement durable

Economie circulaire, non violente

Eco-tourisme

Autres sources d'inspiration : agroécologie, transition,

Culture générale concernant les domaines d'activité

Culture touristique et autre

Activités agri-touristiques

Activités agricoles

Bénévolat

Spécificité d'une activité indépendante

Qualités, compétences et fonctions de l'entrepreneur

Culture générale gestion

Comptabilité, finances, administration

Options juridiques

Création, reprise ou autre

Projet individuel ou collectif

Statut juridique, fiscal, social

Montage des dossiers

Investissements et financements

Moyens humains

Méthode SMART

Matrice SWOT

Communication

Business Plan

Conclusion