

# Le sens de ma vie

## *Orienter sa vie selon ses principales potentialités*

### **CE QUE PEUT VOUS APPORTER LE STAGE**

---

- Acquérir une meilleure intelligence de vos traits importants et de leur influence dans vos décisions importantes et dans la direction de votre vie.
- A partir de vos certitudes, faire le point sur vos engagements et les re-axer si nécessaire, pour avoir plus de sens.
- Chercher des éléments de réponse face à certaines questions existentielles à partir du sens qu'elles ont en vous.

### **LE CONTENU DU STAGE**

---

- *Approche globale*
- *1<sup>re</sup> partie – La perception des valeurs dans le sens de ma vie*
  - Relecture de mon histoire sous l'angle du sens de ma vie (direction et signification)
  - Repérage des aspects les plus caractéristiques de ma personnalité
  - Observation des différentes étapes dans la recherche sur le sens de ma vie
  - Le non-sens dans ma vie
- *2<sup>e</sup> partie – Thèmes sur le sens de ma vie et sur mes engagements*
  - La croissance ou le développement de ma personne
  - La question de la mort
  - Place et rôle de ma personne dans notre société
  - La question de la transcendance ou de Dieu
- *Plan d'action et bilan*

### **CADRE PÉDAGOGIQUE**

---

La formation est donnée en groupe. Des questions invitent chaque participant.e à observer dans sa propre vie le thème traité et à décrire son vécu. Ce temps personnel d'analyse guidée est suivi de partages libres, sans entrer en discussion. En vue d'approfondir la recherche personnelle de chaque participant.e, la.le formateur.rice intervient et utilise différents moyens pédagogiques (schémas, apports, notes de synthèses, ...). Le travail en groupe permet de s'enrichir de la diversité des expériences. On est invité à des prises de décisions réfléchies en lien avec sa réalité concrète.

### **CONDITIONS DE PARTICIPATION**

---

Le stage est accessible à toute personne adulte. Il est nécessaire d'avoir suivi le stage *Qui suis-je ?* ou les modules *Découvrir les traits de mon identité* et *Progresser en solidité*.