



Développeuses d'enthousiasmeS

"Le retour à l'emploi des mères au foyer : j'y crois, j'y parviens."

Prochaine session début janvier 2019 – Prix de la formation 870 CHF

Il s'agit d'une formation en 4 sessions d'une demi-journée chaque fois avec entre chaque session un suivi mail et un suivi sms. Elle s'adresse aux femmes qui ne travaillent pas ou plus qui ne sont pas satisfaites de leur situation ou qui ont besoin pour une raison familiale de retrouver du travail (divorce, veuvage, chômage, enfants plus grands ...)

L'approche est énergétique, psychologique et pratique parce que ces femmes souffrent souvent du syndrome de l'imposteur, elles ne savent pas comment valoriser leurs atouts et leurs acquis, elles ont l'impression d'être seule, d'être à côté d'un monde en marche.

Energétique pour dynamiser,

Psychologique pour comprendre,

Pratique pour être plus performante.

Le but de la formation est

- d'établir un bilan personnel (qui suis-je ?),*
- d'harmoniser désirs et possibilités (qu'est-ce que je veux et que puis-je faire ?),*
- de comprendre les freins qui arrêtent et aller au-delà (de quoi ai-je vraiment peur?),*
- d'élaborer des stratégies de changements en tentant d'aborder une transition douce (politique des petits pas),*
- de dépasser les peurs, de prendre confiance en sa valeur, et la reconnaître (SWOT),*
- de savoir rédiger lettre de motivation et curriculum vitae, savoir utiliser et construire son réseau.*