

Vie professionnelle et travail personnel

9 jours – entre avril et septembre 2012

PRESENTATION

Vous êtes en situation professionnelle et vous vous interrogez sur l'équilibre et l'articulation entre la vie au travail et la vie hors travail. Vous souhaitez travailler ces notions, explorer les freins, mais aussi les réussites dans l'exercice de votre métier au quotidien.

L'activité professionnelle est une des activités centrales de l'individu qui représente plus de la moitié de son temps d'éveil. Elle peut être l'objet d'enjeux forts d'épanouissement professionnel et personnel, et l'endroit d'investissements affectifs puissants. Elle est également le lieu de relations sociales développées, complexes, voire douloureuses, au même titre que dans les relations hors travail. Sachant que la vie professionnelle fait écho à l'histoire personnelle, et inversement, nous faisons l'hypothèse qu'il y a de nombreux bénéfices à explorer les relations et les interactions entre les deux.

Adossés à cette hypothèse, nous poursuivons à travers cette formation l'objectif de travailler à la fois à l'élucidation de situations professionnelles complexes, pouvant faire écho à des situations personnelles, et aussi à l'exploration des conditions de faisabilité pour mettre en œuvre de façon imbriquée mais distincte vie professionnelle et vie personnelle. Chacun « définit » pour soi le juste équilibre vers lequel tendre. Pour accompagner ce travail, nous mobilisons des approches à la fois psychothérapeutiques, méthodologiques et psychosociales.

INTERVENANTS

- **Clara Rousseau**
Formatrice, consultante, codirectrice de La Belle Ouvrage
- **Marie-José De Aguiar**
Gestalt-thérapeute, formatrice, superviseur

MODALITÉS DE MISE EN OEUVRE

- Durée totale : **63 heures pendant 9 jours**
- Durée quotidienne : **7 heures**
- Horaires : **9h30 - 13h00 / 14h30 - 18h00**
- Lieu de formation : Paris
- Responsable pédagogique : **Clara Rousseau** - La Belle Ouvrage
- Interlocutrice : **Amélie Cousin**, coordinatrice
- Tél. : **+33 (0)1 53 36 76 50** ou email : **bienvenue@labelleouvrage.fr**
- Coût du stage par participant : **2 394,00 € HT, soit 2 863,22 € TTC – ou financement personnel : 1 128,76 € HT, soit 1 350 € TTC**
- Modalités de financement : nous contacter, nous vous aidons à établir votre dossier de demande de prise en charge
- Dates : 2, 3 et 4 avril, puis 10, 11, 12 juillet, puis 3 jours en septembre 2012.

MODALITÉS D'INSCRIPTION

- Envoi d'un CV et d'une lettre de motivation à La Belle Ouvrage
- Entretiens téléphoniques si nécessaire