

En Piste

L'Atelier Coaching En Piste !

L'action de remobilisation flash qui a pour mission de propulser vers le changement. Un pas vers son projet et vers plus de confiance en soi. Une expérience collective au service de l'individuel.

La newsletter En Piste !

La lettre d'information qui raconte comment chacun devient acteur de sa vie et rédacteur de son changement.

À vos marques !

Proposée et animée par une coach professionnelle, Cécile Szakonyi et l'association AG2I, forte de son expérience, son réseau et ses talents internes.

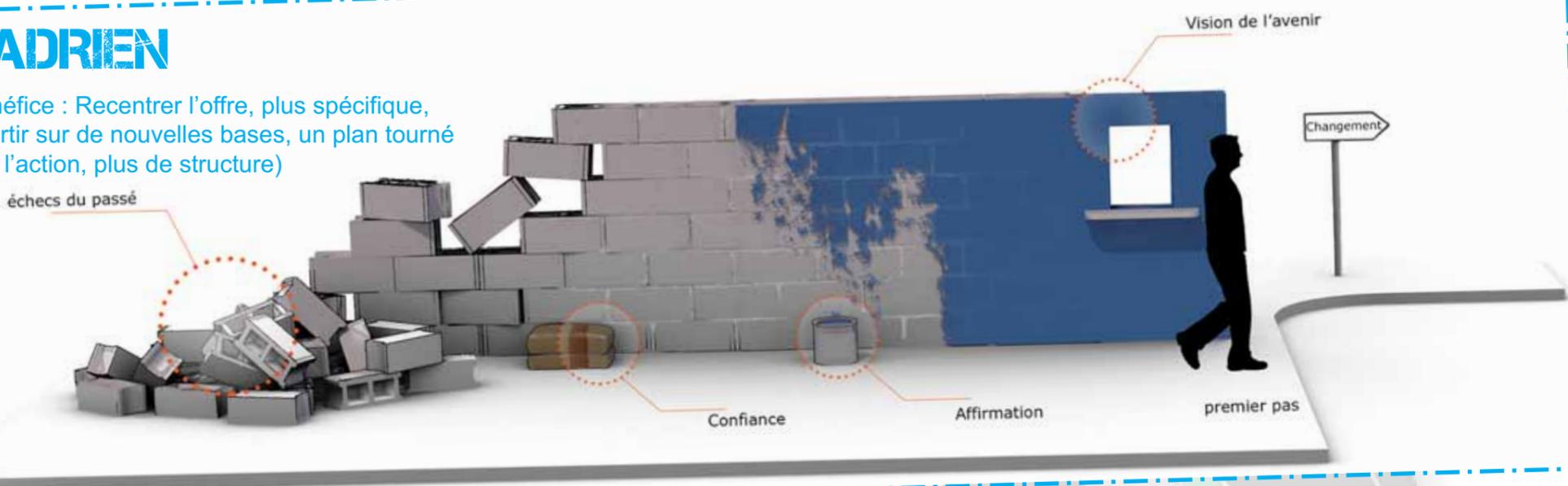
Une action destinée au public bénéficiaire des minima sociaux, financée par le Conseil Départemental du Gers dans le cadre du plan départemental d'insertion.

Lettre d'info °2 Condom

HADRIEN

(Bénéfice : Recentrer l'offre, plus spécifique, repartir sur de nouvelles bases, un plan tourné vers l'action, plus de structure)

échecs du passé



PIERRE

(Bénéfice : Plus d'objectivité sur soi, plus spécifique, personnel, avancer sur un plan d'action, les fondamentaux.)

Sur l'air de la chanson de Patrick Bruel « Alors, regarde... ! »

Qui raconte comment donner un sens à la vie pour reprendre un nouveau départ...

Je suis arrivé avec un projet un peu flou, qui partait dans tous les sens. J'ai appris à rechercher mon potentiel, à évaluer mes capacités et à me recentrer sur un centre bien précis à développer et avoir une vision différente sur un avenir.

Cela m'a ouvert une vision différente sur mon envie, puisque j'ai pris conscience de devoir revenir aux fondamentaux.

Je suis plus à l'aise envers moi-même avec une harmonie et un bien-être qui me donne une meilleure confiance en soi.

De me visualiser dans un élément qui me plaît me permet d'être plus motivé.

J'ai pris un virage à 360°, je ne veux pas me planter, je reviens à ce que je sais faire réellement.

Partir de l'avant et ne pas regarder derrière.

J'ai ouvert les oreilles et j'ai écouté le fond de moi-même.

(re)Centrer
objectif
spécifique

PLAN D'ACTIONS

objectif
objectivité

personnel

avancer

confiance

NATHALIE

BÉNÉFICE : « Quand je VEUX je PEUX. »
Je me sens capable, j'ai davantage confiance.
De DIFFICILE à FACILE,
Envie de repartir vers l'emploi, pas à pas.
Citation : « Un petit pas pour l'homme, un grand pour l'humanité. »

Je suis arrivée avec mon passé, mes difficultés, mon manque de confiance, et ma perception de mes points négatifs, sans trop savoir ce que m'apporterait le stage.

Et ça été un premier pas dans l'inconnu.

J'ai pris conscience de mes points positifs qui ont occulté mes points négatifs ce qui a permis que je fasse un premier petit pas pour atteindre un but que je m'étais fixé.

Je me suis remise en question, me suis posée les bonnes questions en me visualisant et par la parole j'ai clarifié mon but. Une fois que c'était posé j'ai pu passer à l'action sans me poser de questions...

Une fois mon but atteint (le premier pas), j'ai réalisé à quel point c'était facile, j'ai pris confiance en moi. Je me suis rendue compte que je me compliquais trop la vie et que en fait c'était moi qui cherchait la difficulté là où elle n'avait pas lieu d'être.

Je suis devenue plus objective sur la réalité.

Maintenant c'est l'avenir. Il faut que j'avance en positivant et que je maintienne cet esprit en faisant les choses petit à petit, pas à pas.

La conclusion : Quand je veux je peux.

