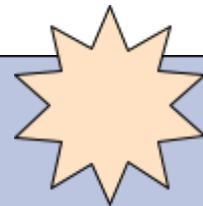


Témoignage: Sense+



Profil



Fabienne



Employée



A bénéficié de la prestation
en tant que particulière



52 ans



Enseignante

Mon expérience

De quelle prestation as-tu bénéficié?

Du parcours Sense+ pour particuliers.

De quoi s'agissait-il concrètement?

Il s'agit d'un parcours en petit groupe pour les personnes souhaitant retrouver ou trouver du sens à leur vie et envisager leur vie professionnelle autrement.

Comment décrirais-tu ton expérience (personnelle) dans le cadre de cette prestation?

J'ai choisi de participer au parcours Sense+ pour éviter le burnout dans la perspective des années me séparant de la retraite. J'avais partagé mon découragement, ma lassitude à un collègue et ce dernier m'avait parlé de la démarche. Il était enthousiaste, expliquant que ça lui avait donné un souffle pour ne pas être totalement blasé et démotivé à la perspective de travailler jusqu'à la retraite.

Avec l'approche de Sense+, je me suis installée, le temps de quelques semaines dans une posture méta, avec d'autres personnes, venant d'univers professionnel très divers. Individuel, en duo, en groupe je me suis laissée emmener hors de ma zone de confort pour explorer mes motivations, mes envies et mon plaisir dans l'existence, le travail et la vie personnelle. Pour conclure, avec le choix d'un projet motivant qui m'a permis d'être une travailleuse prête pour la dernière étape de ma carrière.

Quel est l'impact obtenu ? Qu'est-ce qui a changé ?

Il y a plusieurs années que j'ai suivi la démarche, le contexte professionnel n'a pas changé et j'y travaille toujours et j'ai encore du plaisir à transmettre.

As-tu quelque chose d'autre à nous dire ?

Je recommanderais cette démarche à toute personne souhaitant redonner du sens à son travail, et pour ma part plus particulièrement du plaisir au quotidien ou alors trouver la motivation, identifier le sens pour oser changer d'emploi.

