

Chères étudiantes, chers étudiants.

Dans cette présentation nous allons aborder le sujet du développement personnel qui peut être défini comme un processus continu de croissance et d'amélioration de son mode de fonctionnement, ainsi que l'exploitation de son plein potentiel.

Ce processus de développement personnel concerne toutes les dimensions de l'individu, à savoir les dimensions cognitives, affectives, spirituelles et confessionnelles. L'élaboration d'actions de développement personnel constitue la consolidation de la colonne vertébrale de nos différentes identités qu'elles soient personnelle sociale ou professionnelle.

Tout travail convenablement mené sur soi, participe à l'instauration d'un alignement sain de ces différentes identités. Le développement personnel engage tout individu dans la mise en place d'un vaste chantier de transformations salutaires, avec des retombées positives dans tous les domaines de vie.

En effet il permet à toute personne d'accéder à une véritable autonomie qui la responsabilise et où elle est l'acteur actif des changements qu'elle veut opérer dans sa vie, à travers la réalisation de ces aspirations.

Une personne autonome se distingue par sa capacité à prendre des décisions qui lui ouvrent tous les champs des possibles.

En outre, le développement personnel permet à tout un chacun de se construire une bonne image de lui-même en améliorant son estime de soi, qui passe par l'honnêteté de reconnaître ces véritables intentions, et sur la qualité intrinsèque de ces enjeux ainsi que des défis qu'il se lance qui doivent être écologiques pour lui et son environnement.

Le développement personnel permet aussi à l'individu de tisser des relations saines basées sur le respect et le dévouement sincère, aboutissant ainsi à la création de liens solides qui dopent ses ressources internes et externes en participant activement à la fondation d'une bonne confiance en soi.

En s'engageant dans des relations saines gagnant- gagnant toute personne peut développer ses compétences sociales en prenant, à titre d'exemple, en considération des points de vue ou des opinions différents des siennes. En optant pour cette démarche elle participe à l'amélioration de son écosystème constitué de son cercle familial, son cercle amical et professionnel.

Un autre volet du développement personnel concerne la capacité de résilience qui permet à la personne de vivre les situations d'échec d'une manière sereine et réfléchie et de rebondir ainsi face à l'adversité.

Enfin un autre avantage, et non des moindres d'un travail sur soi réside dans l'instauration d'un équilibre parfait entre les différents champs des actions menées à titre personnel ou professionnel, ce qui impacte fortement le bien-être et la santé mentale. Sur ce sujet, Il faut préciser que les différentes dimensions de la vie qui sont les dimensions physiques, mentales et émotionnelles, ont besoin pour s'exprimer pleinement, d'un environnement qui soit marqué par une harmonie génératrice d'énergie, de dynamisme et de quiétude.

En conclusion nous pouvons affirmer que le développement personnel constitue aujourd'hui un levier indéniable pour libérer le plein potentiel de tout un chacun en repoussant ses limites, en mettant en place des objectifs réalistes en se lançant des défis et en adoptant une posture dynamique favorisant l'optimisme et l'engagement permanent pour atteindre l'excellence souhaitée.

Merci de votre attention.