DE LA CONNAISSANCE DE SOI A LA CONSTRUCTION DE SON PROJET

Durée : 7 mois soit 250 heures estimées

Mixte : soit e-learning 150 h + Visio formation et/ou présentielle 36 h +n 64h immersion professionnelle (optionnelle)

PUBLIC :

Toute personne souhaitant définir un projet professionnel en accord avec lui-même.

OBJECTIFS :

(Être capable de :)
Définir et construire un projet professionnel en cohérence avec vous
Repérer les freins vous empêchant d'atteindre vos objectifs
Identifier ses croisées (s) de chemin ;
Comprendre ses mécanismes de pensée et son fonctionnement ;
Déterminer les moyens pour améliorer ses relations interpersonnelles ;
Découvrir un métier, un secteur d'activité ;
Confirmer son projet professionnel ;
Déterminer un projet professionnel en accord avec le marché de l'emploi ;
Construire et réaliser un plan d'action en accord son projet

PRÉREQUIS :

Être motiver et autonome
Aucune connaissance spécifique n'est exigée
Avoir déjà suivi les trois jours de Développement Personnel

PÉDAGOGIE & ÉVALUATION :

Utilisation d'outils interactifs, vidéos, documents.
Alternance de cours théorique et de travaux pratiques, enquête d'investigation, Pédagogie participative et affirmative, mise en situation, un QUIZ de validation des acquis de connaissances en ligne est réalisé en cours et en fin de formation.

INTERVENANT(S) :

Jennifer TOMPOUCE, Présidente, Coach-Consultant-Formatrice

INDICATEURS DE RÉSULTATS :

Taux de satisfaction : à venir
Taux de retour : à venir
Taux de réussite : à venir
Taux d'abandon : à venir
Nombre de stagiaires formés : à venir

ACCESSIBILITÉ :

Nos formations sont accessibles aux personnes en situation d'handicap. Chaque situation étant unique, nous vous recommandons de nous contacter avant votre inscription.

TARIF : NOUS CONTACTER

DATES : à définir

MODALITES ET DELAIS D'ACCES :

Inscription : clôture 20 jours avant le début de la formation
Lieu : à déterminer
Effectif : 4 à 6 personnes
Accès modules : un mois à deux mois en fonction des disponibilités

PROGRAMME :

MODULE 1 : l'exploration du « qui suis-je ? »

Identifier son image, sa perception et ses représentations de soi
Déterminer les moyens favorisant la résistance physique et mentale
Identifier son fonctionnement et ses mécanismes

MODULE 2 : l'Ego une entrave à la quête de soi

Définir et comprendre les mécanismes de l'Ego
Déterminer les moyens permettant de se libérer de l'Ego et son emprise
Reconnaitre ses freins et ses ressources personnelles

MODULE 3 : formaliser son bilan personnel et professionnel

Définir la notion de croisé chemin
Identifier les enjeux des croisés de chemin
Mettre en place des mécanismes pour lutter contre ses résistances à la réussite
Rédiger son bilan personnel et professionnel

MODULE 4 : sensibilisation aux métiers sous tension

Découvrir un métier, un secteur d'activité
Enquêter sur les métiers sous tension et/ ou porteurs
Analyser la réalité du milieu professionnel
Lister les compétences, aptitudes recherchées pour un métier ciblé

MODULE 5 : choisir un métier en accord avec soi

Identifier ses motivations, ses spécificités, souhaits, passions, valeurs et croyances
Analyser l'importance de l'environnement professionnel dans le choix de son métier
Déterminer son projet professionnel
Identifier son système de pensée et ses blocages

MODULE 6 : Valider son projet professionnel et réaliser son plan d'action

Clarifier vos objectifs et votre projet
Confirmer votre projet professionnel
Élaborer votre plan d'action