

### Objectifs de la formation

**Elaborer un projet d'évolution professionnelle en toute conscience et responsabilisation.**

Ces projets sont très différents d'une personne à l'autre. Ils vont de la **reconversion** totale, avec **changement de métier ou de statut**, à la transition partielle, la **mobilité** interne ou externe ou le maintien dans son activité associé à des modifications de postures permettant de mieux **assumer** sa vie professionnelle.

### Contenu

La démarche permet d'approfondir la connaissance de ses **aspirations**, de sa **personnalité**, de ses **compétences** et de ses **ressources**, en lien avec des métiers et professions, tout en incitant à se mettre en **action** pour se renseigner sur différentes pistes de changement jusqu'à en choisir deux, **un plan A** et un plan B et établir un **plan d'actions**.

L'accompagnement **s'adapte aux besoins spécifiques** de chaque personne. Ainsi l'accent sera plus ou moins porté sur la personnalité ou la recherche d'emploi (stratégie, cibles, CV ...) ou des compétences spécifiques telles que le management, l'affirmation de soi, la gestion de ses émotions.

### Outils et méthodes

Les bilans de compétences sont réalisés en tenant compte des capacités de la personne, de son niveau d'autonomie et de ses besoins spécifiques. La méthode alterne **séances en présentiel ou visioconférence et questionnement et recherches individuels entre les séances** avec de nombreux questionnaires et tests. Durant les séances, des outils de coaching issus de la PNL et de l'analyse transactionnelle peuvent être utilisés.

**La durée de chaque bilan est constituée à 75% par les échanges directs.** Ils permettent d'analyser les résultats des tests et questionnaires, d'approfondir la réflexion et d'adapter l'accompagnement de chacun.

## Formateur

**Sophie de Tombeur**, Coach certifiée au RNCP.

**Formations** : Ingénieur agronome – Master de recherche en gestion – Professeur des écoles – Coach professionnelle certifiée RNCP – Certificats en PNL et Ennéagramme

**Expériences** : Ingénieur dans le secteur humanitaire, en bureaux d'études économiques et dans une société en création. Enseignante en MFR, en écoles élémentaires, au collège, auprès de jeunes en situation de handicap, comme directrice d'école. Coach spécialisée en orientation professionnelle et reconversion.

## Modalités d'évaluation

- Synthèse réfléchie et écrite avec le bénéficiaire.
- Questionnaire d'évaluation à chaud rempli par le bénéficiaire
- Questionnaire d'évaluation à 6 mois et échange téléphonique

## Informations pratiques

### PUBLIC

Bénéficiaires individuels

### PRE-REQUIS

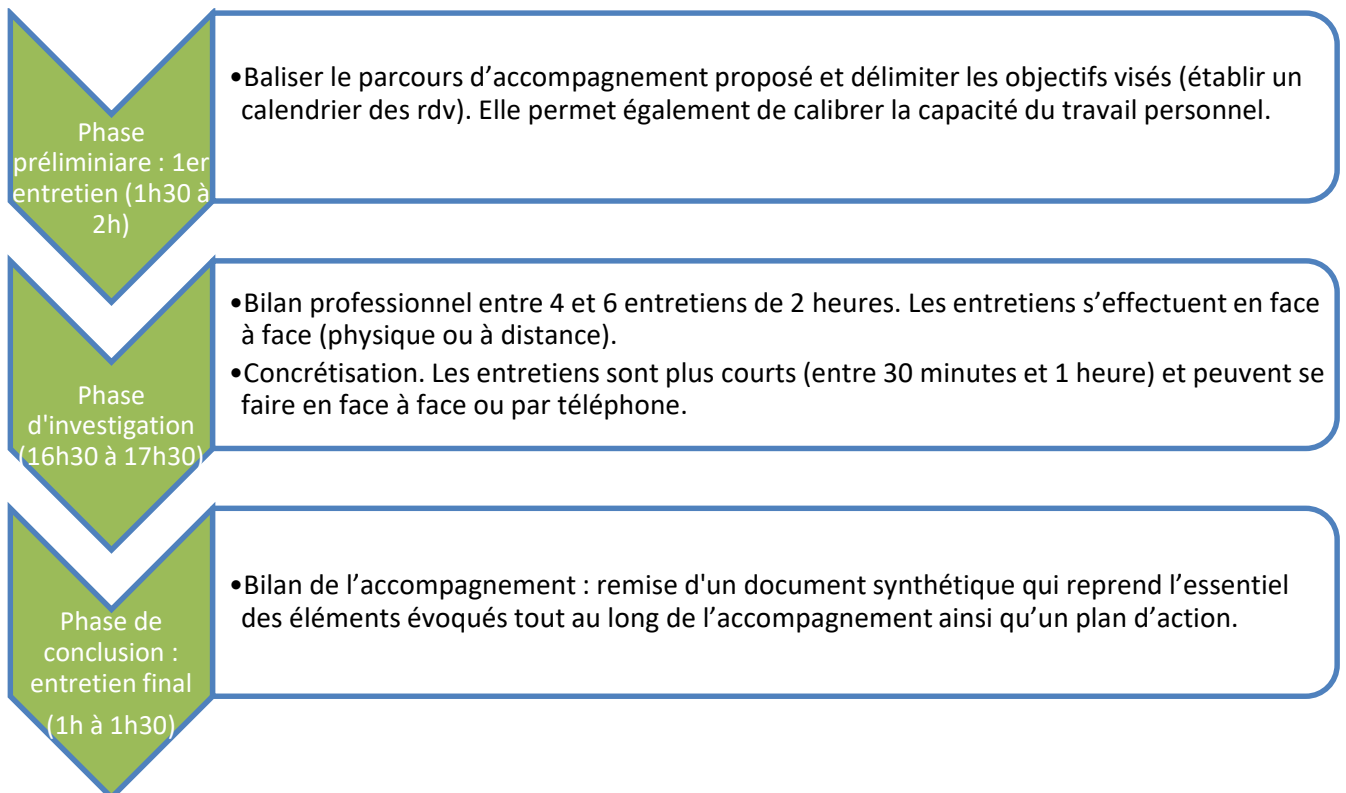
Pas de prérequis

DATES ET LIEU	TARIFS	INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS
Dispositif mixte (distanciel et présentiel)  Lieu : Le Centralis 6 bis avenue de Romans  38160 ST MARCELLIN	<b>4 BDC</b> différents en fonction de la durée :  24h (dont 18h d'échanges) 1950 € 20h (dont 15h d'échanges) 1650 € 16h (dont 12h d'échanges) 1300 € 12h (dont 9h d'échanges) 1100 €  <b>Sur devis</b> si besoins particuliers	Inscription sur la plateforme MON COMPTE FORMATION si CPF mobilisable  Contact : Sophie de Tombeur <a href="mailto:Sophie.detombeur@gmail.com">Sophie.detombeur@gmail.com</a> 06 16 29 14 27  <b>Site internet :</b> Sophie-detombeur-coaching.com

### Objectifs de la formation

L'objectif est de réaliser un portrait professionnel (compétences, qualités, valeurs...) du participant, d'explorer de nouvelles pistes professionnelles et de l'accompagner dans sa période de transition en fonction des besoins qui émergent.

### Contenu



Le bilan va permettre de :

### 1/ Réaliser un portrait professionnel

1. Réaliser une photographie de mes savoirs et savoir-faire, mes compétences, mes qualités, mes valeurs professionnelles
2. Identifier l'environnement professionnel souhaité

### 2/ Faire émerger une ou des pistes métiers

1. Elargir mon champ des possibles
2. Explorer différentes pistes

### 3/ Rendre réel / Concrétiser mes pistes métiers

1. Savoirs et savoir-faire (acquis ou à acquérir),
2. Conditions d'exercice du métier, conditions de travail et débouchés sur le marché du travail
3. Modes d'accès aux formations et financements

### 4/ Revenir à soi

1. Confronter mes pistes métiers à ma réalité (mes contraintes, ma situation d'aujourd'hui, mes ressources et mes moyens)
2. Se donner du pouvoir

### 5/ Etablir un plan d'action

1. Etapes, actions nécessaires pour réussir mon projet, anticipation des obstacles et difficultés susceptibles d'être identifiées.
2. Plan de communication : comment présenter et défendre mon projet face aux différents interlocuteurs (Pôle emploi, organismes de formation, cercle familial par exemple ...).
3. Plan de formation, si des savoirs complémentaires sont à acquérir.

## Outils et méthodes

- Tests et Mises en situation issus de l'approche éducative ADVP (Activation au Développement Vocationnel et Personnel) : <https://www.adage-lelabo.com/notre-methode-de-formation>
- Exercices de respiration et méditation
- Approche centrée sur la personne grâce aux principes de la gestalt thérapie (<https://www.gestalt.fr/gestalt-therapie/>) et de la Communication Non violente (<https://www.cnvformations.fr/accueil/quest-ce-que-la-cnv/>)

La durée de l'accompagnement est de 20 heures : il se réalise en entretien en face à face (présentiel et/ou distanciel).

## Formateur

### Marie CLARET

Depuis 15 ans, j'accompagne des personnes en reconversion professionnelle et en recherche d'emploi. Je suis formée à différentes méthodes d'accompagnement : élaboration du projet professionnel, gestalt thérapie, Communication Non Violente (CNV), Méditation...

Convaincue que chacun a une place professionnelle mais qu'il est nécessaire à certains moments de vie d'être accompagné pour y voir plus clair et **révéler sa particularité**, je propose un accompagnement soutenant et engagé, centré sur le **passage à l'action**.

Le projet de transition professionnelle s'inclut plus largement dans un **projet de vie** car on ne peut déconnecter les 2 : je suis à l'écoute de cette réalité et prend en compte l'articulation vie perso/vie pro.



## Modalités d'évaluation

Questionnaire et outils d'évaluation en début et fin d'accompagnement afin d'évaluer le chemin parcouru et la clarification du projet.

## Informations pratiques

### PUBLIC

Salarié, Demandeur d'emploi, Etudiant.

Les entretiens se font en individuel.

La formation est accessible au public en situation de handicap

### PRE-REQUIS

Pas de prérequis

DATES ET LIEU	TARIFS	INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS
Des entretiens individuels d'1h à 2h sur une période d'environ 3 mois pour une durée totale de 20h.  Distanciel, présentiel ou mixte (à définir ensemble).  A Eurre (26) ou à votre domicile (à définir ensemble).	1 500€ si prise en charge (Compte Personnel de Formation, OPCO, Pôle Emploi...)  800€ si auto-financement (soit 40€/heure)	Marie CLARET 06 83 43 70 42 marie.claret@yahoo.fr