

**Durée :**

**3,5 jours (24,5 h.)**

**Les participants et leur pré-requis :**

Toute personne en situation de changement professionnel.

**Notre intervenant :**

Consultant - Psychologue du travail

**L'organisation :**

**Lieu :** A déterminer Occitanie

**Dates :** à déterminer

**Horaires :** 08h30 17h00

**Coût :**

**Nous consulter**

**Renseignements et inscriptions :**

**Sabine ACCO**

**LES OBJECTIFS :**

- Accompagner le bénéficiaire à anticiper et à préparer un changement professionnel : à évoluer au sein d'une entreprise, à changer d'entreprise, et/ou d'activité...
- L'accompagner dans la mise en place d'une stratégie d'objectifs.

**LE CONTENU DE LA FORMATION :**

■ **Le diagnostic personnel @ professionnel**

- Il a pour objectif de donner à son bénéficiaire les moyens de mieux se connaître et de se mettre en mouvement
  - Ses compétences.
  - Ses connaissances.
  - Ses modes de fonctionnement.
  - Ses moteurs personnels.
  - Les sources de son énergie, ses freins...
- Il prépare ainsi son évolution par l'acquisition de repères utiles
  - Meilleure connaissance de ses potentiels.
  - Identification d'un potentiel, d'un projet, et de l'environnement favorable à leur expression.
- Nos accompagnements sont adaptés à la personnalité et au niveau de chaque bénéficiaire.
- Le bilan permet d'intégrer des éclairages sur des axes de progrès à réaliser
  - Communication.
  - Image de soi.
  - Gestion du temps et des priorités.
  - Affirmation de soi.
  - Gestion du stress.

■ **Les séquences de notre programme**

- Prise de contact ; définition des attentes.
- Historique professionnel et personnel.
- Tests de personnalité.
- Réalisations.
- Domaines de compétences et savoir-faire.
- Technique, opérationnel, organisationnel, relationnel, managérial...
- Domaines de connaissances professionnels et personnels.
- Modes de relation avec les autres.
- Mon image : comment je me perçois, comment les autres me perçoivent ?
- Ce que j'aime/ ce que je n'aime pas.
- Qu'est ce que je veux, est ce que ça dépend de moi.
- Synthèse de mes atouts, mon schéma de performance.
- Stratégie d'objectifs.

- Identification du ou des projets d'avenir réalistes.
- Mise en place d'une stratégie personnelle.
- Construction du projet professionnel, Simulation & Motivation.