

Programme de formation

Faire évoluer son projet professionnel

Objectifs :

Faire évoluer son projet professionnel apparaît parfois comme un impératif. De nombreuses raisons président à cette prise de conscience : des relations complexes avec sa hiérarchie, des difficultés managériale, l'envie d'autres horizons... Pourtant le désir de changement peut rencontrer de nombreux freins et engendrer des peurs légitimes. Comment rebondir ? Quelles voies suivre ? Faut-il changer de secteur ? Est-il préférable d'évoluer sur des postes équivalents ?

A l'issue de cette formation individuelle, les participants seront en mesure de :

- évaluer la nécessité du changement
- définir des objectifs pour faire évoluer sa situation en formulant une demande réaliste
- identifier les obstacles qui pourraient empêcher la réussite de ses intentions
- établir un plan d'action clair, précis et datés pour réaliser l'objectif cible

Publics et prérequis :

Elle est destinée à toute personne qui éprouve des difficultés dans son environnement professionnel ou qui souhaite évoluer professionnellement.

Méthodes pédagogiques et moyens techniques :

Cette formation individuelle se compose de 4 parties qui se répartissent sur une dizaine de séances d'une heure. Il est recommandé de programmer des séances d'une heure toutes les semaines, en présence ou à distance, les deux situations pouvant se combiner suivant les possibilités.

Cette formation individuelle s'adapte au besoin de chacun dans une écoute active et bienveillante. Elle combine des apports théoriques, des exercices ludiques et des mises en situation afin d'aider le participant à formuler une demande claire et réaliste de changement.

Le stagiaire est amené à prendre des notes et à réaliser quelques courts exercices entre les séances pour ancrer les apprentissages.

Le participant explore sa situation actuelle, identifie ses difficultés, prend conscience de ses besoins. Il définit ensuite un objectif à l'aide de méthodes empruntées au coaching, à l'analyse transactionnelle ou à la PNL afin d'enraciner cette demande dans sa réalité personnelle et professionnelle.

Enfin, le stagiaire élabore avec méthode un plan d'action concret et précis pour les 6 prochains mois (un an maximum) et possède ainsi une feuille de route pour l'aider à s'engager dans la réalisation des objectifs qu'il aura fixés.

Pour ce faire, une dizaine de séances est nécessaire au rythme d'une fois par semaine, en présence, à distance ou les deux. La confidentialité des propos tenus lors des séances est contractuelle afin que le participant puisse s'exprimer en toute confiance.

Le participant et le formateur possèdent leurs coordonnées respectives afin de communiquer aisément.

Durée :

10 heures.

Programme :

Seront notamment abordées les thématiques suivantes :

Examiner son état présent

procéder à l'identification des difficultés rencontrées dans ses pratiques professionnelles

se donner la permission d'exprimer ses besoins, ses attentes et ses envies

prendre conscience et mettre en valeur ses points forts

s'autoriser à explorer de nouvelles voies

Formuler une demande de changement

apprendre à concevoir une demande réaliste

se mettre en adéquation avec ses capacités

savoir énoncer des objectifs simples, précis et datés à moyen terme

envisager concrètement et sereinement les possibilités de transformation

comprendre la nécessité de ne dépendre que de soi pour assurer la réussite de son projet

Identifier les obstacles

identifier les résistances à cette volonté de changement

expérimenter de nouvelles options à travers des mini plans d'action

repérer les freins et les peurs

chercher le chemin intérieur pour sortir de ses méconnaissances

savoir s'appuyer sur l'énergie apportée par ses points forts

Elaborer un plan d'action

apprendre à élaborer avec méthode un plan d'action clair, précis et daté pour les 6 prochains mois, un an au maximum

rédiger une feuille de route à laquelle se référer dans toutes les phases de sa transformation

se donner les moyens de réussir les différentes étapes définies préalablement

Validation des acquis et évaluation :

La méthode pédagogique est centrée sur des allers et retours entre contenus théoriques et questionnements en rapport avec la situation professionnelle des stagiaires. En conséquence, la validation par le formateur des acquis de la formation, de la compréhension des questions abordées et de l'évolution des compétences se fait tout au long de l'action par un système de questions/réponses, d'exercices, de questionnaires et d'échanges entre les participants et lui-même. Une attestation de suivi de formation est remise à chaque participant à l'issue du module. Elle précise les dates de réalisation et le volume horaire suivi.

Documentation :

Outre une feuille de route détaillée, précise et datée, une bibliographie sera remise pour fournir des éclairages et des approfondissements sur les thématiques abordées.