

Evolution de carrière

🕒 14h 🌐 Tout public ✅ Prérequis : Aucun 📄 Document transmis : Aucun

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

Accepter et gérer une transition professionnelle en définissant de nouveaux repères et besoins
Appréhender la transition le plus sereinement possible
Préparer le changement et développer ses capacités à s'adapter au changement, à se projeter et à agir

CONTENU

La phase introspective

Analyse et collecte d'informations sur sa situation professionnelle et personnelle
Définir et lister ses aspirations-valeurs et besoins, envies professionnels/personnels
Donner du sens à l'étape de vie qui arrive

La phase d'exploration

Se connaître et développer sa confiance
Déterminer les points d'achoppement qui entravent l'épanouissement et comprendre comment lever les freins
Définir ses centres d'intérêt
Exister par soi-même et avancer sans redouter l'échec

La validation

Préparer le changement : cartographie de l'existant et projection vers ce qui est envisagé
Définir un objectif et une trajectoire pour l'atteindre
Se créer de nouveaux repères et se projeter vers un avenir différent
Remplacer la perte par de nouvelles perspectives
Mobiliser sa capacité d'actions et l'acceptation

L'action

S'adapter à ce changement, se projeter et à agir
Détecer ses atouts et ses forces, valorisation des acquis et compétences personnelles ou professionnelles
Lister ses aptitudes et les traduire en actions pour envisager un avenir serein

MODALITES PEDAGOGIQUES

Formation en présentiel ou en distanciel, en Visio avec un formateur
Suivi des actions à distance : les échanges et travaux réalisées seront en corrélation avec les objectifs pédagogiques, les séances seront notifiées auprès d'Elli'Up par le formateur, l'apprenant signera les attestations de présence correspondantes, Elli'Up est joignable par téléphone ou mail
Apports théoriques et pratiques
Travaux personnels

MATERIEL A PREVOIR

Support permettant la prise de note

MODALITE D'EVALUATION

Evaluation continue des acquis à l'oral
Formulaire d'évaluation de la formation