

# Elaborer son projet professionnel en lien avec votre essence

**VOUS RÊVEZ D'UN MOMENT DE PAUSE POUR FAIRE UN SWITCH DE CARRIÈRE OU RETROUVER DU SENS À VOTRE ENGAGEMENT ?**

**SI MON METIER NE ME SATISFAIT PLUS...**

- Comment me réorienter ou me reconverter ?
- Comment retrouver du sens et de la motivation au travail ?
- Comment rebondir malgré cette crise et retrouver un emploi plus stable ?

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Renforcer son estime de soi et la connaissance de soi.
- Identifier l'objectif professionnel
- Challenger le modèle des étapes clefs de développement pour valider la faisabilité et l'alignement de son ambition.
- Planifier ses prochaines étapes du projet professionnel en élaborant un plan d'action structuré.

## COMPÉTENCES VISÉES

- Construire un projet professionnel engageant et mobilisateur.

## DÉROULEMENT DE LA FORMATION

Alternance de pratique et de théorie dans le cadre de l'apprentissage.

## PROCESS

9 séances de 3 h

3 heures de coaching individuel  
La date de la 4 -ème journée de chaque session peut être ajustée avec le groupe

## LIEU

#chezsoi ou présentiel si demande suffisante.

## DATES

Les 16 , 17 , 18 et 29 Sept 2020  
Les 28, 29, 30 Oct et 20 Nov 2020  
Les 13, 14,15 Janv et 5 Fév 2021

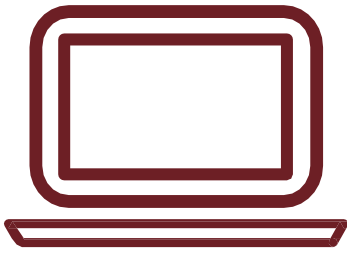
+ 1 séquence de 4 heures au moins  
4 semaines après.

**Durée Total : 32 H**

## BUDGET

Entreprise : 2500 € HT/pers  
Prof libérale/ OPCA : 1500 € HT/  
pers Individuel : 980 € TTC

# PROGRAMME



## 2 MODULES- EXPLORER LA NOTION DU CHOIX ET DE L'OUVERTURE

- Explorer et mettre de la conscience sur ses choix personnels et professionnels passés.
- Être plus conscient des limites et des bénéfices de sa manière de choisir.
- Explorer les différents niveaux d'ouverture et d'écoute, notamment en situation difficile.

## 2 MODULES- EXPLORER LA RELATION À SOI ET AUX AUTRES

- Mettre en lumière ses comportements habituels avec les autres.
- Prendre conscience de l'impact de ses comportements dans sa vie personnelle et professionnelle.
- Explorer ses mécanismes de défense et ses peurs profondes.
- Relire sa ligne de vie et découvrir comment relever son estime de soi.

## 1 MODULE - RENCONTRER SON ESSENCE

- Faire l'expérience du contact avec son Essence.
- Expérimenter les différentes dimensions de sa vie au contact de son essence.
- Qui je veux être ? Relire ses valeurs.
- Découvrir sa mission personnelle en lien avec son Essence.

## 1 MODULE- IDENTIFIER SA MISSION PROFESSIONNELLE DANS SA SINGULARITÉ

Identifier les domaines où peut rayonner sa mission

- professionnelle.
- Les apprentissages de ses réalisations phares et traumatisantes.
- Revisiter sa vie professionnelle : liens, répétitions, traces de son Essence, choix.

## 2 MODULES- AFFIRMER SON PROJET PROFESSIONNEL

- Identifier l'étape où l'on se trouve dans sa trajectoire professionnelle.
- Traduire sa mission professionnelle en objectifs professionnels. Storytelling.
- Faire l'inventaire des compétences et des ressources disponibles.
- Décliner son projet en étapes concrètes, réalistes en opérationnelles.

## 1 MODULE (1 MOIS APRÈS) : PRÉSENTER SON PROJET PROFESSIONNEL

# POUR QUI ?

- En poste, avec l'envie de donner un nouveau sens à votre vie professionnelle.
- Sans emploi et pourtant talentueux.
- Bientôt à la retraite avec encore beaucoup d'énergie.
- Entrepreneur(e) dans l'âme avec l'envie d'un coup de pouce pour vous lancer.

Vous êtes en chômage partiel : votre formation prise en charge à 100% par le FNE de votre employeur (maxi 1500€).

Renseignez-vous Devenir proactifs dans la construction de votre avenir:

<https://travail-emploi.gouv.fr/le-ministere-en-action/coronavirus-covid-19/protéger-les-savoir-faire-et-les-compétences/article/formation-professionnelle-des-salariés-en-activité-partielle#Projet-de-transition-professionnelle>



## PROCESSUS PÉDAGOGIQUE

4 journées : 2 séances de 3 H/ jour + travail personnel ou en binôme.

1 séance, 1 mois après : présentation des projets,

Le rythme peut être adapté selon la demande.

### Accompagnement :

individuel : 2 h de Coaching individuel pendant le parcours .

Ce séminaire bénéficie d'une pédagogie progressive composée d'un ensemble d'outils et de méthodes simples et pratiques :

un système de prise de décision personnel, éprouvé et reconnu à l'échelle internationale.

Une méthode progressive, profonde et authentique de son développement de carrière, efficace sur toute une vie.

Donner un sens à ses intuitions. Un processus de planification très clair et très concret.



Fabienne Vaillant  
FRANCE – EUROPE

**Fabienne Vaillant 06 82 57 43 62**

[fabienne.vaillant@sensilead.com](mailto:fabienne.vaillant@sensilead.com)

## TEMOIGNAGE

Accompagnement  
"Projet de Vie"

*Marc*

J'ai expérimenté toute la puissance de la démarche. La bonne compréhension de mon histoire professionnelle me paraît être aujourd'hui un atout important pour définir mon nouveau projet en fonction de mes réels désirs et non pas fondé sur la continuité de mes précédentes expériences.

*Florence D.*

La méthode mise en place pour identifier son projet professionnel est loin du classique bilan de compétences mais bien plus efficace et complète.

*Joana N.*

Au delà d'une formation, c'est une connexion avec soi, l'importance de s'écouter pour prendre conscience de sa contribution unique dans ce monde. Les techniques utilisées font leur preuve, les étapes franchies sont remarquables et les résultats ne se font pas attendre ! Le projet arrive pas à pas et on ressent la transformation qui s'opère en nous, notre vision devient plus large et nos blocages s'effacent. L'accompagnement et la synergie du groupe m'ont également beaucoup aidé. Quand tout son être s'anime autour d'un objectif, celui-ci nous donne des ailes pour le concrétiser.

