

PROGRAMME DE FORMATION BILAN DE COMPETENCES pour profil atypique : Hypersensible, HPI, TDA/H « Définir un projet professionnel qui fait sens et qui correspond à vos aspirations »

PUBLIC CONCERNÉ & PRÉ-REQUIS

- ✓ Profil atypique : Hypersensible, Haut Potentiel Intellectuel, TDA/H
- ✓ Tout public, salariés, indépendants, demandeurs d'emploi
- ✓ Aucun prérequis

LES OBJECTIFS DE LA FORMATION

- ✓ (Re) définir un projet professionnel en adéquation avec ses aspirations profondes
- ✓ Renforcer la connaissance de soi et de vos besoins en tant que profil atypique
- ✓ Faire le point sur vos compétences et vos points de vigilance
- ✓ Définir votre projet professionnel et mettre en œuvre un plan d'actions opérationnelles

PROGRAMME DÉTAILLÉ

L'accompagnement proposé est complètement adapté à votre profil et à qui vous êtes vraiment. En fonction de votre parcours et de votre contexte, le déroulé et le contenu de cet accompagnement sera adapté selon vos objectifs, dans une démarche bienveillante, constructive, motivante et de soutien. Le bilan de compétences « SENS & ACTIONS / LOREKA » s'organise autour de 3 grandes phases :

1/ Une phase d'exploration : Explorez votre parcours de vie professionnelle et personnelle

- Les étapes de votre vie professionnelle et personnelle : les événements positifs, négatifs
- Re-parcourez vos grandes expériences, vos compétences, vos aptitudes
- Faites le point sur votre environnement et votre contexte actuel (professionnel et personnel)
- Durée : 2H en entretien individuel + 1H de travail personnel

2/ Une phase d'investigation :

Module 1 : Mieux connaître votre personnalité et vos spécificités

- Faites le point sur votre unicité et sur vos spécificités
- Identifiez vos besoins pour vous sentir bien et à votre place
- Transformez vos spécificités en forces - Réalisez votre inventaire de personnalité Process Com, qui vous permettra de :
- Mieux vous connaître : votre personnalité, vos points forts, votre environnement préféré, vos sources de motivations
- Cerner vos comportements sous stress, et vous approprier les outils pour les gérer
- Comprendre ce qui se joue dans la communication et la relation aux autres

Module 2 : (Re) découvrez-vous !

- Identifiez vos besoins psychologiques
- Parcourez vos croyances professionnelles et leurs bénéfices
- Analysez vos valeurs personnelles et professionnelles
- Dressez la liste des activités et centres d'intérêts dans lesquelles vous vous épanouissez

Module 3 : Faites le point sur vos compétences et axes de progrès

- Comment avez-vous effectué vos choix professionnels au regard de vos spécificités atypiques?
- Re-parcourez vos grandes expériences, vos compétences, vos aptitudes
- Explorez vos compétences techniques, comportementales, transversales (savoir, savoir-faire, savoir être)
- Définissez vos atouts, vos besoins, vos axes de progrès et points de vigilance

Module 4 : Trouvez votre essence et affirmez votre mission

- Alignez les différents rôles de votre vie sur ce qui vous anime profondément
- Listez vos besoins en termes d'environnement professionnel et respecter vos besoins en lien avec qui vous êtes et vos particularités de fonctionnement
- Définissez vos aspirations, vos besoins, les activités dans lesquelles vous vous épanouissez
- Visualisez votre évolution : la personne que vous avez l'intention de devenir

Module 5 : Affirmez vos objectifs professionnel et personnels

- Imaginez vos objectifs professionnels et personnels
- Décrivez votre projet et vos motivations pour ce projet
- Identifiez vos points d'appui et vos axes d'amélioration

Module 6 : Établissez votre plan d'actions

- Identifiez votre projet d'activité(s) : les pistes d'orientation et de développement de travail
- Élaborez votre plan d'actions à court, moyen et long terme
- Identifiez les compétences que vous devez acquérir pour atteindre vos objectifs et assurer la sécurité de votre projet

- Durée : 12H en entretien individuel +6H de travail personnel

3/Une phase de conclusion :

- Présentez votre projet, vos motivations et votre plan d'actions
- Valorisez votre projet professionnel
- Durée : de 2H d'entretien individuel + 1H de travail personnel

DEMARCHE PEDAGOGIQUE

- ✓ Formation en présentiel ou à distance via visioconférence (Skype ou autre)
- ✓ Remise de supports pédagogiques papier et/ou numériques entre chaque séance, à préparer et à retourner pour la séance suivante
- ✓ Apports théoriques de concepts et échanges avec le participant
- ✓ Observations et feedbacks

- ✓ Tests validés scientifiquement. Passation de l'inventaire de personnalité Process Com
- ✓ Outils de visualisation et d'exploration de projet

MODALITÉS D'ÉVALUATION DE LA FORMATION

- ✓ Évaluation tout au long de la formation par le biais d'exercices de connaissance de soi et de définition de son projet professionnel
- ✓ Document de synthèse co-rédigé, remis et commenté au bénéficiaire
- ✓ Questionnaire de satisfaction en fin de formation

VALIDATION DE LA FORMATION

- ✓ Feuille d'émargement
- ✓ Attestation individuelle de fin de formation

MODALITÉS D'ACCES

- ✓ Durée : 24H, dont 16H d'entretien en face à face avec un coach consultant et 8 heures de travail individuel
- ✓ Horaires : 8 séances de 2H idéalement hebdomadaires, dates à définir avec le stagiaire
- ✓ Lieu : en inter dans les locaux de LOREKA Sens & Actions ou à distance
- ✓ Accessibilité :
 - Nos formations peuvent être accessibles aux personnes en situation de handicap.
 - Chaque situation étant unique, nous vous recommandons de nous contacter avant votre inscription. Nous pourrions ainsi vous détailler les possibilités d'accueil pour vous permettre de suivre la formation ou vous orienter si besoin vers les structures spécialisées.
- ✓ Effectif : 1 personne
- ✓ Date(s) : à définir
- ✓ Délais d'accès : sous 2 mois

TARIF :

- ✓ Inter à Chambéry - Bassens : 2200€ nets pour les 24H, soit 91,67€ de l'heure / personne (exonérée de TVA – Art. 261.4.4 a du CGI)
- ✓ Pour les tarifs en intra, merci de nous contacter
- ✓ Financement : Formation éligible au CPF, Pôle Emploi, Cap Emploi, OPCO

INTERVENANT

- ✓ **Carole GENEVRAY** est Consultante, Coach professionnelle, Job coach & Formatrice. Elle est **certifiée Agilité Comportementale, Process Com© et Recherche de Carrière Implicite©, spécialiste des profils neuro-atypiques**. Elle est diplômée de L'École de Management de Grenoble et de l'IAE de Grenoble.
Elle est également entrepreneuse et accompagne en orientation professionnelle.

LES PLUS DE SENS & ACTIONS

- ✓ Un accompagnement individuel et personnalisé tout au long du parcours de formation
- ✓ Le professionnalisme d'une formatrice coach professionnelle, avec des méthodes novatrices

CONTACT ADMINISTRATIF

PEDAGOGIQUE & REFERENT HANDICAP

Carole GENEVRAY

Tel : 06 10 11 40 41

Email : carole.genevray@loreka-formations.fr

www.loreka-formations.fr