

LES OBJECTIFS *A2Lorientation s'adresse à tous les professionnels ayant besoin d'être accompagnés pour apprendre à bien se connaître, mieux définir un projet professionnel ou encore se préparer à accéder à une nouvelle mission ou poste de travail par des mises en situation.*

Le travail collectif et la pratique du co-développement permettent de collaborer dans une logique partenariale et de façon ludique, de développer l'intelligence collective en co-créativité et d'explorer ensemble des chemins pour s'approprier le sien. Cela permet de grandir sa confiance en soi et en l'autre qui devient un miroir dans lequel j'observe mes forces et mes talents. Grâce à l'autre, j'apprends à mieux me connaître ou me reconnaître et renforcer mes attitudes d'ouverture. Tout ceci à pour but de comprendre, de choisir et de mettre en place un plan d'action avec des objectifs précis pour que chacun construise et s'épanouisse sur son projet professionnel.

LES OUTILS

L'ADVP : l'Activation du Développement Vocationnel et Personnel

Contenu :

• En introduction : *réflexion sur l'accompagnement et l'orientation: qu'est-ce qu'«accompagner» une personne dans sa démarche d'orientation ?*

Qu'est-ce que cela suppose ?

Au-delà de cette réflexion, cette première partie permettra également d'aborder les points suivants :

- Le diagnostic, l'autodiagnostic, le diagnostic partagé
 - Les motivations primaires et secondaires
 - Les différentes approches utilisables en matière d'orientation, le choix d'une approche et ce qu'il implique
 - Les éléments structurant l'accompagnement; l'appui du groupe et les interactions coopératives qui ancrent le projet individuel avec des expériences créatives et ludiques (création et improvisation en groupe) aidant chacun en plus de construire son projet individuel à capitaliser de la confiance en soi et en l'autre.
- Présentation des quatre phases qui conduisent au choix professionnel (exploration, cristallisation, spécification, réalisation) et des processus cognitifs sous-jacents.
- Différents exercices seront proposés et mis en situation. Ils seront choisis pour permettre de traiter les étapes nécessaires au choix et de développer des habilités à faire des choix et à prendre des décisions.

1ère étape : EXPLORER

- Repérer ses goûts, valeurs, centres d'intérêts, ses savoir-faire et savoir-être. Comprendre l'importance de ces derniers, le rôle déterminant des valeurs et des représentations dans les décisions et dans le parcours d'un individu.
- Identifier le rôle et la place du travail dans le développement de l'identité et dans l'équilibre psychique de l'individu.
- Analyser ses expériences et les traduire en termes de compétences.
- Développer des habiletés à explorer son environnement.
- Prendre en compte l'environnement économique dans l'élaboration de projet (l'évolution des schémas d'organisation des entreprises, l'incidence des nouvelles formes d'organisation sur la nature des compétences aujourd'hui recherchées).

2ème étape : CRISTALLISER

- Dégager des pistes possibles d'orientation à partir des éléments explorés. Réalisation de tests Riasec et MTBI si besoin

3ème étape : CHOISIR, DECIDER, EVALUER

- Où et comment rechercher les informations permettant de valider un projet

4ème étape : REALISER

- Comment établir un plan d'action pour atteindre ses objectifs et réaliser son projet de vie professionnelle.

L'IMPROVISATION THÉÂTRALE ET LES ATELIERS D'ÉCRITURE

Les séances sont l'occasion d'expérimenter son potentiel créatif qui révèle ses talents et permet de gérer son stress, nourrir sa confiance et décupler ses forces et ressources et dépasser ses croyances limitantes. C'est l'occasion de découvrir les techniques de mindfulness et de méditation pour dépasser ses peurs.

LA CNV (Communication Non Violente) ET LES TECHNIQUES DE RECHERCHE D'EMPLOI

Apprendre à communiquer et exprimer ses besoins pour bien s'insérer dans une équipe de travail ou encore revoir son CV, rédiger une lettre de motivation attractive, s'entraîner aux entretiens d'embauche et savoir se présenter avec aisance.

MODALITÉS

Les interventions se déroulent sur 8 à 10 séances d'une demi-journée avec 6 à 8 personnes avec au préalable une séance de présentation de l'atelier de 1h.
Le tarif est de 130 euros la séance de 3 heures.

PUBLIC

Tout individu en questionnement sur son chemin professionnel et son orientation ainsi que les personnes fragilisées dans le monde du travail et désirant retrouver la confiance.