



1. Les objectifs

- Retrouver du sens à son parcours professionnel afin de mieux s'adapter à une mobilité de carrière.
- Comprendre les ressorts de sa motivation au travail, l'inventaire de ses intérêts.
- Savoir mettre en valeur ses compétences, leur donner du sens dans son parcours professionnel.
- Elaborer son plan d'action professionnel

2. Le programme pédagogique

Jour 1

1. Le parcours professionnel

- Prise de conscience individuelle sur les différentes étapes de son propre parcours.

Retracer son parcours professionnel : les différentes étapes
Mise en relief de la logique et de la cohérence du parcours
Le parcours de vie et les transitions professionnelles.

- Les expériences professionnelles

Comment mettre en valeur ses expériences
Les éléments objectifs du parcours professionnel : formation initiale, expérience métier et secteur.

2. Connaissance de soi

- La motivation au travail

Les ressorts de motivation individuelle.
Ses freins et ses atouts
Développer la confiance en soi
Attitudes face au travail

- Les valeurs professionnelles
Les centres d'intérêt à développer.

Jour 2

3. Mettre en valeur ses compétences

- Mes qualités – mes compétences

Identifier et mettre en valeur ses compétences ; leur donner du sens dans le parcours professionnel.

Identifier savoir faire et savoir être : quelles compétences relationnelles ?

- Les compétences métier associées aux activités

Savoir formuler une expérience en termes de compétences
La notion d'expertise : comment définir sa plus value
Comment intégrer ses compétences dans son CV

4. Elaborer son plan d'action professionnel

- Mise en évidence de son projet professionnel

Après une meilleure connaissance de soi, une prise de conscience de son parcours professionnel et de la mise en évidence d'un fil conducteur dans celui-ci (dont on ignorait l'existence), il est enfin possible de définir son projet professionnel.

- Élaborer son plan de développement et d'actions

Elaborer sa vision d'avenir; se projeter dans le futur
Les qualités du projet.
Rechercher l'information
Reformulation et validation des critères importants pour soi
Organiser son plan d'action et en définir les modalités.