

EquiProCoach

*Coaching Professionnel &
Formation*

Brochure de Formation
Parcours 3 : Sens & Développement Professionnel
Elargir >> Retrouver >> Replacer



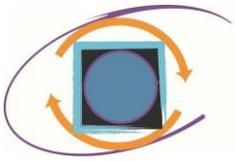
Dernière mise à jour : Janvier 2024

Formation à distance

EquiProCoach

7 rue du Bourg
79000 Bessines

Tel : 06 83 17 57 59



POURQUOI ASSOCIER SENS ET DÉVELOPPEMENT PROFESSIONNEL ?

La question du sens interpelle quand on l'a un peu perdu. Pourtant, le premier réflexe est souvent de dire que le sens, c'est personnel, ça n'a pas lieu de figurer dans un cadre professionnel...

La question du sens touche tous les domaines de vie

Le sens peut être une évidence pour certains mais soyons honnête, cela n'est pas toujours facile de trouver du sens quand on est pris dans le tourbillon quotidien.

Alors, on s'active sans trop se poser de question jusqu'au jour où on se demande à quoi ça sert, à quoi rime toute cette agitation, et surtout « à quoi je sers ». En fait, la question du sens touche tous les domaines de vie. Alors oui, la question va au-delà de la sphère professionnelle.

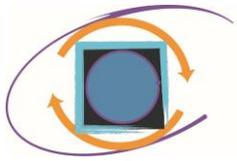
- ➡ Dans ces périodes, la recherche de sens et en particulier de sens du travail revient nous questionner, on prend conscience que ce qui nous satisfaisait à une période de notre vie ne correspond finalement peut-être plus à grand-chose pour soi.

Revenir à ce qui est essentiel pour soi

Il s'agit alors de prendre de la hauteur pour revenir à ce qui est essentiel pour soi. Trouver le sens que l'on donne à sa vie permet de le concrétiser dans son projet de vie en définissant les domaines que l'on souhaite investir dans la période traversée.

Quels que soient ces domaines, les rôles que l'on y occupe doivent être cohérents entre eux. L'enjeu de cette réflexion est d'envisager les ajustements nécessaires qui vont permettre de se sentir épanoui(e) dans sa vie professionnelle tout en restant cohérent(e) avec son projet de vie.

Il s'agit de redéfinir où se trouve la frontière qui est la sienne entre vie professionnelle et projet de vie... peut-être en lui redonnant de la flexibilité.



1. LES POINTS CLÉS DE LA FORMATION

1.1 - A qui s'adresse cette formation ?

Vous êtes dans une période de transition,

Cela peut être une transition qui s'impose à vous (un licenciement, un problème de santé), ou une transition qui a un caractère d'évidence (un nouveau poste, un déménagement, etc.)

Cela peut être aussi une transition liée à votre évolution personnelle (passage de certains caps : la quarantaine, la cinquantaine, le départ des enfants, etc.).

Cette formation s'adresse à vous si

- ✓ Vous avez déjà **quelques années d'expérience**, des responsabilités
- ✓ Vous éprouvez le **besoin de revenir à ce qui est essentiel pour vous**
- ✓ Vous **souhaitez** élargir le champ au-delà du domaine professionnel pour redonner du sens à votre activité professionnelle

1.2 - Pourquoi suivre cette formation ?

>> **Pour retrouver sa propre cohérence** entre vie professionnelle et vie personnelle

>> **Pour rétablir la place que l'on souhaite à son activité professionnelle**

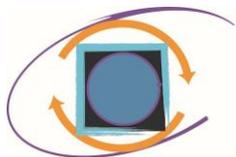
>> **Pour définir une activité professionnelle qui ait du sens pour soi**

>> **Pour rebondir après une période de rupture professionnelle** en se redonnant la possibilité de trouver un projet qui a du sens pour soi,

>> **Pour prendre de la hauteur** sur son parcours professionnel et personnel

➔ **C'est le moment de faire du sur-mesure ...**

La personne que vous êtes ne peut se réduire à ces résultats obtenus à partir de tests qui vont vous dire qui vous êtes, quel métier est fait pour vous. Ce sont vos expériences, vos ressentis qui doivent servir de matière à votre réflexion.



1.3 - Cette démarche, qu'est-ce que c'est ?

C'est une démarche structurée qui permet d'**avancer pas à pas** dans votre réflexion pour **vous mettre en mouvement** vers l'évolution qui vous correspond.

Au travers de cette formation, vous allez :

1. Interroger le sens que vous donnez à votre vie, votre contribution au monde

Le sens englobe toutes les dimensions de la personne. Il interroge sur la place que l'on souhaite occuper dans le monde, ce à quoi l'on contribue.

- **C'est en répondant à la question « Quelle est la place ou le rôle que je souhaite occuper dans le monde ? » que vous pourrez faire des choix qui ont du sens pour vous.**

2. Identifier votre projet de vie au sens large

Votre projet de vie peut s'exprimer dans un domaine de vie en particulier ou dans plusieurs. Le projet de vie n'est pas figé, il dépend de la période de vie traversée.

- **Le projet de vie est la déclinaison concrète du sens dans la période de vie traversée.**

3. Vérifier les liens de cohérence entre votre projet de vie et votre activité professionnelle

La question du sens peut sembler bien éloignée de la sphère professionnelle, car cela touche la personne en profondeur. Pour autant, il touche tous les domaines de vie.

- **Le sens doit se retrouver d'une manière ou d'une autre dans notre vie professionnelle en cohérence avec la personne que l'on est.**

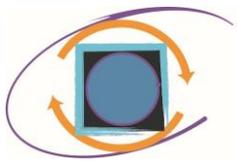
4. Vous « mettre en condition » pour passer à l'action

Ce moment est souvent délicat car il s'agit « d'abandonner » une situation donnée pour aller vers une situation, certes désirée, mais qui reste pleine d'inconnu.

- **Il s'agit de comprendre ce qui se joue dans le processus de décision pour lever les barrières que l'on peut se mettre malgré soi.**

Ainsi, en suivant ce parcours de formation, vous allez :

- ✓ Prendre de la hauteur pour **revenir à ce qui est essentiel pour vous,**
- ✓ Elargir le champ au-delà du domaine professionnel et ainsi **vous ouvrir de nouvelles perspectives,**
- ✓ Vous libérer du professionnel **pour mieux le repositionner** dans un cadre plus large.



2. L'APPROCHE PÉDAGOGIQUE

Le parcours de formation à distance est **conçu pour guider la réflexion** visant un développement professionnel. Il vous **apporte le cadre** pour vous permettre d'atteindre votre objectif de changement.

Le parcours de formation « Sens & Développement professionnel » se compose de 3 modules qui vous accompagnent dans votre recherche de sens en fonction de votre situation :



Le Module 7 « Redonner du sens à son activité professionnelle » pour retrouver sa propre cohérence

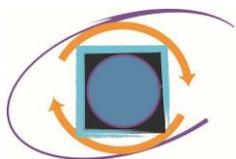
Le Module 8 « Définir son projet de vie » de manière concrète pour y replacer son activité professionnelle

Le Module 9 « Réaliser sa transition » pour s'accorder le temps de rebondir après une rupture professionnelle (licenciement, problème de santé, événement personnel)

Ce parcours propose des outils **issus de plusieurs approches** permettant d'avancer pas à pas dans la réflexion en ouvrant progressivement le champ du questionnement. Ces outils offrent un cadre à la réflexion en laissant souplesse et autonomie dans son organisation.

Quel que soit le module envisagé, redonner du sens nécessite du temps. La réflexion débouchera peut-être sur un changement extérieur, bien visible, ou peut-être sur une transformation plus intérieure. Quoi qu'il en soit, la réflexion ne sera jamais du temps perdu.

⇒ Vous trouverez le détail de chaque module dans sa fiche pédagogique disponible sur le site equiprocoach.com



3. MODALITÉS PRATIQUES

Assistance technique et pédagogique personnalisée (hors Module 9)

Au travers de l'espace membre du site, le bénéficiaire dispose des éléments suivants :

- ✓ Une courte **vidéo de présentation** du module
- ✓ Le **livret d'accompagnement** du module
- ✓ **Les outils** du module fournis au format « pdf »

Les aspects techniques sont limités à la connexion à l'espace membre décrite dans le livret d'accompagnement et au téléchargement des outils. Toutefois, une **assistance technique** est disponible pour résoudre les difficultés rencontrées par le bénéficiaire.

Pendant la durée du module, un **suivi pédagogique personnalisé** est disponible pour répondre aux questions par mail qui pourront donner lieu à des échanges téléphoniques. Il est complété par 2*1h de Visio que le bénéficiaire est libre de solliciter quand il en éprouve le besoin dans sa progression.

Par ailleurs, deux mails de suivi à 1 et 2 mois de l'inscription sont envoyés au bénéficiaire pour lui proposer un point d'étape et lui permettre d'évaluer sa progression.

Le module 9 est un module « à la carte », il fait l'objet d'un suivi spécifique, adapté et personnalisé selon l'avancement de chacun. Vous trouverez toutes les informations dans la fiche pédagogique du module.

La durée estimée de cette formation en 3 modules est de 18j, soit 6j (42h) par module

Vous disposez de 3 mois par module à compter de votre date d'inscription.

NB : Cette durée, donnée à titre indicatif, inclut l'assistance personnalisée.

Modalité d'évaluation de la formation

L'évaluation de la formation porte sur 3 critères :

- ✓ **Les points clés** des outils proposés
- ✓ **L'évaluation des compétences** acquises
- ✓ **Les possibilités de réutilisation** (applications des acquis dans votre domaine d'activité)

Le parcours reposant sur l'autonomie du bénéficiaire, les indicateurs de fin de module sont précisés et le bénéficiaire définira leur atteinte **sous forme d'auto-évaluation**.

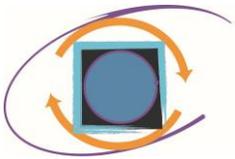
Dans chaque module, des jalons intermédiaires sont également proposés pour permettre au bénéficiaire de passer à l'étape suivante.

Une enquête de satisfaction viendra compléter cette évaluation.

Une attestation de formation est remise au bénéficiaire à réception de sa fiche d'évaluation.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Toutes nos formations en ligne peuvent faire l'objet d'une adaptation ou d'aménagements en fonctions de vos besoins.



4. LES + DE LA FORMATION

4.1 - Un parcours original qui met la personne au centre de la réflexion

Elle permet au bénéficiaire d'apprendre à décaler le regard en changeant de perspective pour se questionner de manière à progresser dans la réflexion. L'angle d'approche de cette formation est de privilégier la personne, son autonomie et sa responsabilisation, en l'incitant à exploiter les ressources dont elle dispose, qu'elle connaît ou qu'elle a occultées.

4.2 - Un parcours qui favorise l'apprentissage

Tous les outils de ce module peuvent être adaptés à d'autres contextes, dans d'autres situations. Le parcours propose des suggestions de réutilisation de certains outils pour susciter leur appropriation.

Selon les personnes, certains outils conviendront mieux que d'autres. Le bénéficiaire est invité à s'approprier les outils avec lesquels il s'est senti à l'aise, à les adapter à sa convenance afin de capitaliser sur l'expérience pour ensuite pouvoir les exploiter dans d'autres situations.

L'intérêt de cette démarche réside à la fois dans l'atteinte de votre objectif de développement professionnel et également dans la possibilité de réutilisation que vous en ferez par la suite.

4.3- Un accompagnement sur deux niveaux alliant autonomie et suivi personnalisé

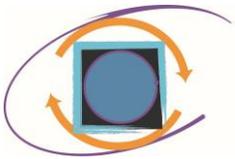
- ✓ **Le livret d'accompagnement** reprend et détaille toutes les étapes du module avec des explications, des exemples, etc... Il va vous servir de fil directeur en complément des outils proposés. La première lecture vous donne ainsi une idée du parcours qui vous attend, avant de revenir dessus au fur et à mesure de l'avancée de votre réflexion. Vous êtes ainsi libre de travailler à votre rythme en fonction de vos contraintes personnelles.
- ✓ **L'assistance personnalisée** va vous permettre de lever d'éventuels points de blocage quant à la compréhension de l'utilisation de l'un ou l'autre des outils proposés ; elle tient lieu de support de manière à exploiter au mieux les outils proposés.

Vous avancez à votre rythme....

Vous travaillez en toute autonomie et pouvez adapter votre réflexion en fonction de vos contraintes personnelles.

Tout en bénéficiant d'un cadre...

Cette démarche donne la structure de la réflexion, le contenu reste de votre expertise.



5. LES ORIGINES DE LA FORMATION

5.1 – EquiProCoach, Cabinet de coaching professionnel et formation

EquiProCoach intervient auprès des Entreprises, des Indépendants et des Particuliers.

Le parcours de formation à distance EquiProCoach a été **conçu pour accompagner** la réflexion visant un **développement professionnel**. Il repose sur des outils issus de différentes approches qui offrent **un cadre pour** permettre à la personne de **prendre la mesure de son projet professionnel** en lui laissant souplesse et autonomie dans l'organisation de son travail.

L'accompagnement personnalisé intégré à la formation répond à deux points essentiels de la réflexion : aider la personne à **comprendre comment se questionner** tout en **lui laissant le temps** de mûrir les choses à son rythme. Cet accompagnement place **la personne au centre des échanges** dans une relation de proximité basée sur la confiance.

Cet accompagnement offre un **espace d'échanges** et un **regard extérieur**. Pour autant, il ne se substitue pas à un véritable **coaching individuel** qui s'inscrit dans la continuité en proposant écoute, soutien, et aussi confrontation de points de vue qui **peuvent s'avérer nécessaire** lors de la réflexion. Si le bénéficiaire en fait la demande, un coaching pourra être effectué en parallèle de la démarche. Celui-ci fera alors l'objet d'un contrat à part.

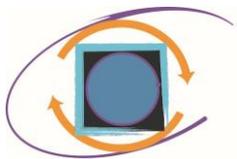
5.2 – Intervenant

Elisabeth Passilly a créé le Cabinet EquiProCoach sur l'idée fondatrice que la connaissance de soi est au cœur du développement professionnel et donne accès à des relations fluides avec ses interlocuteurs.

Coach certifiée dans le domaine professionnel, spécialisée dans le coaching individuel, elle est également formée à la Programmation Neuro-Linguistique, à l'Ennéagramme, à l'Analyse Transactionnelle, et à l'Analyse Systémique. Elle a construit sa pratique sur **des concepts et outils issus de ces différentes approches** et poursuit son développement dans un **processus d'amélioration continue**.

Avec plus de 20 ans en grands groupes sur des postes d'organisation, elle a conçu le parcours de formation à distance EquiProCoach en combinant **sa faculté de vision globale** associée à **un sens de l'organisation largement développé** au travers de ses expériences en entreprise et **son expérience de coach**.

Convaincue que **bien se connaître est un atout** dans la vie professionnelle, **son rôle** est de faire en sorte que **la personne se mette en mouvement** vers le changement qu'elle souhaite atteindre afin qu'elle **(re)trouve sa place** au niveau professionnel.



6. CONDITIONS GÉNÉRALES DE VENTE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

6.1- Modalités d'inscription

La demande d'inscription se fait via le formulaire de demande accessible sur le Site internet www.equiprocoach.com ou via le formulaire d'inscription joint en fin de document.

Le Client certifie avoir pris connaissance du programme et vérifié les prérequis pour suivre la ou les formation(s) choisie(s).

A la réception du bulletin d'inscription, un échange téléphonique permettra de s'assurer que la formation correspond aux attentes afin de valider la demande. Après validation, EquiproCoach adresse par e-mail un contrat (ou une convention de formation pour les entreprises) à retourner signé, accompagné d'un acompte ou de la totalité du règlement.

Le contrat signé, accompagné du règlement est à faire parvenir :

- ✓ Par e-mail (elisabeth.passilly@equiprocoach.com)
- ✓ Par courrier à EquiproCoach, 7 rue du Bourg 79000 Bessines

6.2 – Conditions générales de vente

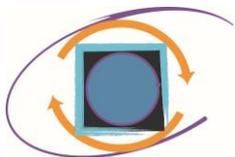
Les modalités de règlement, les modalités pratiques et toutes informations complémentaires liées aux conditions générales de vente sont décrites dans les CGV disponibles sur le site.

6.3 - Financement de la formation

EquiproCoach étant certifié QUALIOPF, cela ouvre certaines possibilités de financement selon la situation :

- ✓ L'OPCO (opérateur de compétences) de l'entreprise (moins de 50 salariés)
- ✓ Le plan de développement des compétences de l'entreprise (plus de 50 salariés)
- ✓ Le FIFPL pour les indépendants
- ✓ Pôle Emploi sous réserve de l'acceptation du dossier par le conseiller Pôle Emploi.

Toutefois, un « tarif Particulier » adapté est proposé dans le cas de financement personnel.



FORMULAIRE D'INSCRIPTION – FORMATION A DISTANCE

Sens & Développement Professionnel

Nom : Prénom :

Société :

Adresse :

CP : Ville :

Tel : E-Mail :

Le(s) Module(s) souhaité(s) :

- Module 7 (M7)** : Redonner du sens à son activité professionnelle
- Module 8 (M8)** : Définir son projet de vie (pour y replacer son activité professionnelle)

Les modules 7 et 8 comprennent la présentation du parcours, la vidéo du module, le livret d'accompagnement et les outils. Il donne droit à 2* 1h d'accompagnement en Visio.

Tarif / Particulier : 490€ par module - **Tarif / Entreprise** : 700€ par module

- Module 9 (M9)** : Réaliser sa transition (après une rupture professionnelle)

Le module 9 est un module « à la carte » qui s'appuie sur plusieurs outils choisis en concertation en fonction de l'avancée de la personne. Il donne droit à 5* 1h d'accompagnement en Visio.

Tarif / Particulier : 750€ - **Tarif / Entreprise** : 1200€

Financement de la formation :

- personnel** **par l'employeur** **par votre FAF (Agefice ou FIFPL)**

Vos Attentes et besoins :

.....
.....
.....

Je confirme :

- Avoir les compétences numériques
- Être suffisamment équipé(e) pour recevoir la formation.
- J'accepte les conditions générales de vente.

DATE :

SIGNATURE :

Accessibilité : Cette formation peut faire l'objet d'une adaptation ou d'un aménagement en fonction de vos besoins.