



PUBLIC

Un groupe de 10 à 12 personnes bénéficiaires du Revenu de Solidarité Active.

OBJECTIFS

- Insertion ou réinsertion professionnelle
- Acquisition de compétences et connaissances permettant l'accès ou le retour à l'emploi
- Formation aux techniques d'élaboration de projet professionnel et personnel
- Formation à l'analyse et au diagnostic des caractéristiques de l'évolution de l'emploi
- Formation à la gestion du stress

PHASES DE LA FORMATION

1- METHODE d'ANALYSE de l'ELABORATION de PROJET PROFESSIONNEL - 6 journées

Un PROJET PROFESSIONNEL s'exprime au travers de plusieurs données :

- **Méthode d'analyse des aptitudes, potentiels et compétences - 3 journées**

Apports théoriques : savoir identifier, différencier et repérer les notions d'aptitudes, de potentiels et compétences.

La notion de familles d'aptitudes et/ou de potentiels, de familles de métiers et les passerelles possibles inter-métiers (étude de quelques référentiels métiers à partir des Codes ROME et des correspondances entre métiers...)

Exercices d'entraînement : élaboration d'une famille d'aptitudes, de potentiels (méthode Potentialis®) et de compétences à partir de l'analyse de métiers-type.

- **Méthode d'analyse des activités de la vie professionnelle et personnelle - 2 journées**

Apports théoriques : savoir mettre en évidence des goûts, intérêts, motivations et valeurs afin de permettre aux chercheurs d'emploi de recenser et regrouper leurs centres d'intérêts professionnels, de se situer dans la hiérarchie des motivations au travail et des priorités de la vie en général pour les prendre en compte dans le futur projet.

Exercices d'entraînements : questionnaire RIASEC - recherche des Valeurs - Pyramide de MASLOW.

- **Méthode d'analyse des axes de développement de son potentiel - ½ journée**

Apports théoriques : savoir identifier le socle des performances réalisées au cours de son parcours, les compétences mises en œuvre sur toutes les facettes de l'expérience (professionnelle, sociale, personnelle...), les notions de compétences stratégiques, transversales, endormies ou cachées, les ressorts de la motivation individuelle.

Exercices d'entraînements à partir de cas concrets.

- **Méthode d'analyse de la finalisation du projet professionnel & personnel - ½ journée**



Apports théoriques : savoir identifier les contraintes personnelles, sociales, statutaires, techniques... par rapport à la fonction et au poste choisis. Savoir évaluer et comparer les acquis par rapport aux exigences de la fonction ou du poste. Savoir mesurer les écarts de compétences à combler et chercher des solutions.

Exercices d'entraînements : questionnaires de positionnement sur l'inventaire des contraintes, exploitation des outils R.O.M.E.

2- FORMATION à la PRESENTATION DU PROJET PROFESSIONNEL - 1 journée

Apports théoriques : formation aux techniques de recherche d'emploi + remise d'un dossier complet sur les TRE. Savoir vendre son projet professionnel, savoir s'intégrer dans un nouvel emploi et apporter une réelle valeur ajoutée. Apprendre à se présenter comme porteur de projet. Avoir une connaissance de l'environnement socio-économique.

Exercices d'entraînements : à partir de cas concrets. Interventions de partenaires de la vie socio-économique.

3- FORMATION au CONTEXTE de L'EMPLOI et des CONDITIONS DE TRAVAIL - 1 journée

• Formation VEILLE METIER

Apports théoriques : formation aux nouveaux métiers, transferts des compétences, potentiels et aptitudes ; analyse en groupe d'exemples de « métiers menacés » et de « métiers-cibles » et les transférabilités en termes de profils d'aptitudes et/ou de compétences. Organiser son activité de recherche d'emploi. Savoir solliciter des professionnels. Activer son réseau.

Exercices d'entraînement : organiser sa veille métier.

• Formation PREPARATION AU CHANGEMENT

Apports théoriques : connaître ses forces motrices et ses freins, identifier ce qui fait avancer, évaluer les intérêts au changement, se doter de techniques et de grilles pour mieux appréhender les changements.

Exercices d'entraînements à partir de cas concrets.

• Formation STRESS AU TRAVAIL

Apports théoriques : savoir différencier un état de stress, de burn out, de harcèlement, évaluer les conséquences physiques et psychiques du stress et de la souffrance au travail, savoir dénoncer des situations de stress et de souffrance, savoir se protéger psychologiquement.

Exercices d'entraînement : à partir de cas concrets.

4- FORMATION TECHNIQUE DE GESTION DU STRESS - 6 heures activités sportives + 2h réflexologie plantaire + 1h séance individuelle de réflexologie plantaire

Apports théoriques : savoir gérer son stress devant un potentiel employeur / dans un entretien d'embauche ; apprendre à inclure durant la période de recherche d'emploi des moments de gestion du stress et des émotions relatives au statut de chercheur d'emploi (dévalorisation de soi, sous estime de ses capacités et compétences...).

Exercices d'entraînements : techniques corporelles avec intervention de 2 professionnels.

5- FORMATION à l'APPROPRIATION DU PROJET PROFESSIONNEL pour des personnes éloignées de l'emploi - 5 journées d'entretiens individuels

Apports théoriques : préparation et acceptation du changement, être acteur de sa propre démarche de réinsertion professionnelle, développer sa capacité d'action autonome, être en mesure de décider de son avenir professionnel.



Exercices d'entraînements : entretiens et mise en place de plans d'action réalisable pour la (ré)insertion professionnelle lors de 2 entretiens individuels de 1h par personne + un entretien individuel par personne de 1h avec le référent RSA.

6- BILAN – 1 journée

½ journée est consacrée à la préparation du bilan ; par petits groupes et individuellement.

L'autre demi journée se déroule en plusieurs temps :

- un bilan reflétant l'avis de l'ensemble du groupe et portant sur les différentes phases de la formation
- un bilan individuel de chaque participant
- un bilan pédagogique avec les financeurs et les référents des stagiaires (sans les stagiaires).

7- FORMATION RECHERCHE D'EMPLOI et MISE EN PLACE DU PROJET PROFESSIONNEL – ½ journée par mois pendant 6 mois

Apports théoriques : apprendre à développer son autonomie et à favoriser le travail collectif pour mettre en place le projet professionnel.

Exercices d'entraînement sur des thèmes apportés par les stagiaires selon les besoins et l'évolution du projet.

ENCADREMENT

La formation est assurée par Odile BOUDOT, Psychologue du Travail.

Une convention de sous-traitance pour la partie 4 est signée avec des organismes extérieurs.

EVALUATION

A l'issue de la formation, chaque stagiaire devra soit :

- Etre en situation de recherche active d'emploi
- Avoir retrouvé une activité
- Différer un emploi par une entrée en qualification professionnelle
- Etre en situation de créateur d'activité
- Etre orienté vers des structures adéquates en cas d'incapacité de mobilisation pour la concrétisation du projet professionnel.

Les indicateurs d'évaluation établis par le client en accord avec l'organisme de formation cosignataire sont remplis en fin de formation.