



Nombre de sessions animées dans l'année :2
Nombre de stagiaires formés :12
Nombre de sessions animées l'année dernière : 2
Nombre de stagiaires formés : 15
Taux de stagiaires très satisfaits:50%
Taux de stagiaires satisfaits :50%

« Notre client a reconduit cette formation une fois testée et la recommande autour de lui à d'autres acteurs publics »

Suite à ces modules de formation , de nouvelles sessions de formation sont prévues sur le dernier trimestre 2023 et une suite est aussi demandée par le client prescripteur.

Titre : développer la confiance en Soi

Public : Entre 6 et 12 participants en situation d'insertion professionnelle, ou en transition professionnelle, ayant besoin de développer la confiance en soi.

Pré-requis :

- pas de prérequis

Objectifs : A l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Mettre en corrélation leur projet professionnel avec leurs appétences profondes . Ainsi être acteur de leur devenir.
- Présenter à un employeur en quelques minutes qui ils sont, à savoir leurs valeurs, leurs besoins, et leurs qualités.

Profil stagiaire : Cette formation s'adresse aux personnes désireuses de développer l'estime et la confiance en eux, et s'initier à la communication interpersonnelle. Elle est orientée pour un public de personnes en recherche d'emploi .

Profil formateur : Cette formation est animée par un consultant, coach, formateur expert en savoir être.

Sous objectifs pédagogiques : à la fin des différentes séquences, les apprenants seront capables de :

- Connaitre et prendre en compte leurs valeurs, besoins, talents
- Utiliser des techniques pour gérer la procrastination et le stress
- Communiquer de façon positive, authentique, et efficace.
- S'initier aux intelligences multiples pour développer la confiance en soi et oser s'appuyer sur les autres.



Modalités pratiques : 4 jours en présentiel (ou en distanciel) + un accompagnement individuel post formation de type mini coaching . 1H par candidat.

Validation : Nous vérifierons que les objectifs de cette formation sont atteints grâce aux modalités suivantes :

- **Avant la formation**, un test ludique est réalisé pour une évaluation préalable des connaissances, et une auto positionnement sur le thème de formation.
- **Durant la formation**
 - o Mise en situations / Exercices / Reformulation
 - o Temps dédié à l’ancrage des savoirs dans la réalité de chacun
 - o A la fin de chaque journée, une synthèse effectuée par les participants
 - o Réalisation d’un quizz digital et ludique en fin de parcours de formation.
- **A l’issue de la formation**
 - o Auto évaluation du stagiaire sur ses progrès
 - o Compte rendu et partage dans la limite de la confidentialité avec le ou les prescripteurs
 - o Nous conseillons que cette formation soit complétée deux à trois mois après la formation, c’est-à-dire d’un temps supplémentaire où le stagiaire partage la façon dont il a mis en pratique la formation. Nous poussons notamment les stagiaires à prendre en charge un élément de la formation spécifique et à continuer à le creuser pour le présenter à ses pairs lors de ce « +1 »

Stratégie :

- Une formation dans la durée où le stagiaire est acteur :
 - o 4 jours présentiels et 1 temps de suivi individuel ,idéalement un « +1j » deux à trois mois plus tard
 - o Une pédagogie active où le formateur est ressource. L’idée est que chaque stagiaire s’approprie les nouveaux savoirs et commence à les tester lors de la formation.
- Une pédagogie ludique car on apprend mieux dans le plaisir et en s’amusant
- Une pédagogie pragmatique (mise en situation, fiches méthodes) et favorisant le partage (nous avons l’habitude de créer des tablées de 3-4 stagiaires pour favoriser les échanges et l’émergence de la culture commune)

Facteurs clés de succès de la formation :

- Préparation en amont de la formation pour coller au réel et à la culture de l’entreprise
- Utilisation de cas concrets, échanges de pratiques, alternance entre sessions collectives et approches individuelles et personnalisée permettant de lever les freins de chacun
- Formation pragmatique, jeux et mise en situation
- Formateur spécialiste de votre thématique et connaisseur de votre structure
- Pédagogie « pédocentrée » (interrogative et active), centrée sur les participants (leurs connaissances, attentes, bonnes pratiques....)

Déroulement macro de la formation :

Jour 1/2	Jour 3/4
Compétence 1 : Mieux se connaître	Compétence 4 : (re) penser sa stratégie de vie et associer la méthode du « petit pas »
Compétence 2 : Gérer son stress	Compétence 5 : initiation à la communication interpersonnelle
Compétence 3 : Identifier les points clefs de sa personnalité sur l’arbre de la « Co naissance » et savoir les présenter notamment en entretien.	Compétence 6 :initiation au travail en équipe grâce à l’approche par les intelligences multiples.



Ecoachyou **Ecoachyou**

2 rue de Bassolais 17270 Cercoux. Pascale.senon@gmail.com

Siret : 81427255500040 N° de formatrice : 75 33 10257 33

Maj 15/04/2023

**Jour 5 : accompagnement individuel pour ancrer les apprentissages.
Soit 1H d 'entretien avec chaque stagiaire**

Prix = 3500 Euros pour l'ensemble du parcours HT (non assujettie à la TVA) et hors frais par participant

Lieu = à convenir avec le client

Contact : En savoir plus : 06 12 29 51 96 • pascale.senon@gmail.com • www.Ecoachyou.fr

Horaires / Jours d'ouverture : de 10h à 19h00 du lundi au vendredi

Délai d'accès :

Notre organisme de formation s'engage à répondre en 48h (jours ouvrés) à toute demande d'information relative pour toute formation. Une fois le contact établi, nous envisagerons conjointement la date la plus appropriée en fonction de vos besoins et de vos enjeux. Sauf cas particulier, la mise en place de la formation pourra se faire dans les deux mois suivant votre demande .

Accessibilité / Handicap :

Si vous êtes en situation de handicap, merci de contacter notre Référent Handicap par email (pascale.senon@gmail.com) avant le début de votre formation, afin que nous puissions prendre toutes les mesures nécessaires pour vous dispenser la formation dans les meilleures conditions. A noter que toutes nos formations sont faites dans des locaux "Accessibles PMR".



Ecoachyou ECOACHYOU

2 rue de Bassolais 17270 Cercoux. Pascale.senon@gmail.com

Siret : 81427255500040 N° de formatrice : 75 33 10257 33

Maj 15/04/2023