



ENVIE D'ACCOMPAGNER
LES TRANSITIONS & ÉVOLUTIONS
PROFESSIONNELLES ?

FORMEZ-VOUS AVEC NOUS !



Oser Rêver Sa Carrière est un organisme de formation certifié Qualiopi, spécialisé dans l'accompagnement à la transition professionnelle et à l'épuisement professionnel. Nous formons et accompagnons les futur.e.s consultant.e.s/coachs à la transition pro, ainsi que les professionnel.le.s déjà installé.e.s souhaitant approfondir leur expertise en matière d'épuisement et/ou utiliser l'outil ikigai dans leur pratique.

Pour qui ?

Indépendant.es
Salarié.es
Demandeur.ses d'emploi
RH/coachs/consultant.es
Thérapeutes, etc.

Financement

OPCO
Fonds propres
CPF (à venir)

Durée

Moins de 3 mois

Formation à la pratique du bilan de compétences

Objectifs :

1. Réaliser un entretien d'échanges d'informations avec le bénéficiaire d'un bilan de compétences (phase préalable et préliminaire).
2. Conduire les différents entretiens individuels en situation de bilan de compétences, dans le respect des règles éthiques, déontologiques applicables (respect, confidentialité, neutralité, consentement, etc).
3. Établir le profil du bénéficiaire, en mobilisant les techniques et outils adaptés permettant d'évaluer ses capacités et compétences personnelles, sociales et professionnelles (outils psychométriques, auto-évaluations, etc) et d'identifier celles qui sont transverses et transférables dans d'autres contextes que le sien.
4. Accompagner le bénéficiaire dans la construction de son projet professionnel, à travers des activités favorisant l'autonomie et la réflexion sur ses choix.
5. Formaliser le suivi et les résultats du bilan de compétences en rédigeant le livret d'accompagnement, le document de synthèse et le plan d'action.
6. Réaliser les démarches liées à la certification Qualiopi et aux autres normes applicables au bilan de compétences.

 **Durée :** 42 heures de formation au total. 6 sessions de formation en distanciel, en tout petit groupe. 24 séquences vidéo en E-learning, accompagnées des fiches pédagogiques correspondantes.



En savoir plus

Formation à l'ikigai

🎯 Objectifs :

1. Vous permettre de diversifier et de compléter votre boîte à outils d'accompagnant(e).
2. Vous doter d'une technique holistique, ludique et atypique à proposer à vos accompagnés dans le cadre de questionnements sérieux.
3. Vous aider à accompagner toujours mieux vos équipes ou vos clients, dans un cadre individuel ou collectif.
4. Vous emparer d'une technique d'orientation professionnelle et de développement personnel applicable à tous, indépendamment du sexe, de l'âge, de la profession, etc.
5. Vous permettre de manier simplement un outil puissant de connaissance de soi et de passage à l'action.
6. Vous approprier une méthode... qui marche à tous les coups !

🕒 **Durée :** 10h, réparties sur quatre modules d'une durée respective de 2h30.



[En savoir plus](#)

Formation à l'accompagnement de l'épuisement professionnel

🎯 Objectifs :

1. Comprendre l'entièreté du mécanisme de l'épuisement professionnel, ainsi que ses conséquences directes et indirectes.
2. Maîtriser les différentes phases du burn-out, des premiers signaux jusqu'au retour en poste (ou démarrage d'une nouvelle activité professionnelle).
3. Détecter les signaux d'alerte manifestes ou non formulés, et les recueillir.
4. Adopter la posture adéquate selon les différentes phases & maîtriser le vocabulaire technique associé.
5. Orienter au besoin vers l'écosystème idoine : professionnels & réseaux de santé compétents, etc.

🕒 **Durée :** La formation dure 12h30 et se déroulera à distance, sur cinq 1/2 journées.



[En savoir plus](#)

Les atouts des formations

👥 **En petit groupe : 8 à 10 participants** maximum



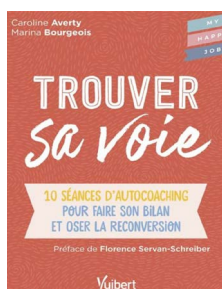
Dispensées par des expertes du sujet :

🏆 Organisme de formation **certifié Qualiopi**

🌟 Entre **4,7 et 5/5**

Marina Bourgeois et Caroline Averty (co-dirigeantes d'Oser Rêver Sa Carrière et autrices de plusieurs livres sur les transitions professionnelles et le burn-out).

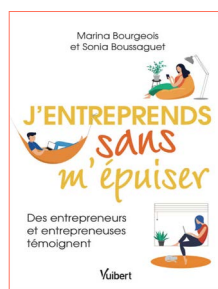
Nos livres



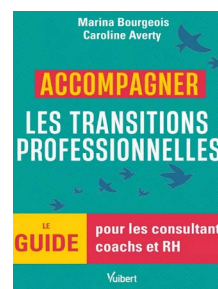
[Découvrir](#)



[Découvrir](#)



[Découvrir](#)



[Découvrir](#)

