



PARCOURS Avenir

FACILITATION Avenir PROFESSIONNEL

LE PROGRAMME D'ACCOMPAGNEMENT POUR DEVELOPPER
LES APTITUDES DES ELEVES DANS LE CADRE DE LEUR
PROJET D'AVENIR

LES OBJECTIFS DU PROGRAMME



Le programme **Facilitation Avenir Professionnel** s'inscrit dans l'axe « commencer à élaborer son projet d'orientation scolaire et professionnelle » du **Parcours Avenir**.

Objectifs :

- **Améliorer** la connaissance de soi et la confiance en soi afin de soutenir la démarche d'élaboration d'avenir scolaire et professionnel
- **Développer** l'assertivité et l'aisance de l'élève pour faciliter les futurs échanges avec le tissu économique
- **Préparer** les présentations et les évaluations orales



ATELIERS DE GROUPE

Les ateliers d'habiletés sociales & professionnelles ont pour but d'améliorer la qualité des relations interpersonnelles de l'élève en le faisant progresser dans ses interactions :

- Au sein de sa classe
- Au téléphone
- En entretien
- En situation d'examen



SESSIONS INDIVIDUELLES

Les sessions individuelles ont pour objectif la préparation sur-mesure de l'élève. Un support de mise en situation sera utilisé en fonction du jeu de rôle dont aura besoin l'élève, tel qu'une caméra ou un téléphone :

- Présentation à un examen
- Prospection téléphonique
- Entretien avec un recruteur



OUTILS

Les outils ont pour objectif de donner des ressources à l'élève et aux éducateurs afin d'augmenter ses compétences entre les ateliers et sessions individuelles. Il s'agit notamment de :

- scripts d'échanges
- audios de préparation mentale
- missions ludiques d'assertivité
- fiches de compétences
- etc...

ATELIERS DE GROUPE



HABILETES SOCIALES ET PROFESSIONNELLES

HABILETÉS LANGAGIÈRES

- Etre attentif aux aspects verbaux et non verbaux de la communication
- Faire attention aux tours de rôle dans la conversation
- Travailler son élocution
- Adapter sa posture et sa gestuelle

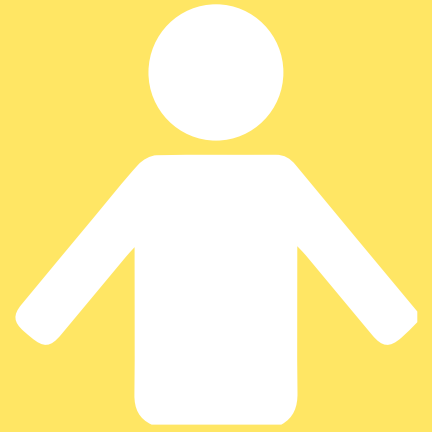
HABILETÉS ÉMOTIONNELLES

- Exprimer des pensées et des sentiments de manière adaptée
- Répondre aux émotions exprimées par les autres personnes

HABILITÉS COGNITIVES

- Faire une demande
- Formuler un refus
- Répondre à une critique
- Recentrer les questions hors sujet

SESSIONS INDIVIDUELLES



COACHING DE PREPARATION

MISES EN SITUATION FILMEES

- Mettre en pratique les habiletés apprises en ateliers
- Répéter une situation cible
- Travailler l'expression verbale et posturale
- Répondre aux questions et aux critiques
- Exercer l'assertivité

ANALYSE ET DEBRIEFING

- Etudier les aspects verbaux et le contenu
- Débriefing la posture et la gestuelle
- Revoir l'élocution

PREPARATION MENTALE

- Déterminer un objectif et ses facteurs de réussite
- Gérer son stress
- Mettre en place des routines de performance

OUTILS



OUTILS DE PERFORMANCE

HABILETES SOCIALES ET PROFESSIONELLES

- Scripts de processus - scripts d'échanges
- Entraînements vidéos de décryptage émotionnel et postural
- Fiches pratiques sur les techniques abordées
- Tests

PREPARATION MENTALE

- Audios de préparation mentale
- Vidéos de mises en situations
- Vidéos de comportements assertifs

GESTION DU STRESS

- Audios de relaxation neurodynamique
- Vidéos d'EFT (Emotional Freedom Technics)
- Cohérence cardiaque
- Coaching "envol vers la réussite"

PROGRAMME



9 MOIS D'ENTRAINEMENT À LA REUSSITE

AVANT LE PRÉSENTIEL

- Test d'assertivité
- Test des habiletés existantes

ATELIERS

(à déterminer en fonction des habiletés existantes)

- Se présenter (+ présentation du programme)
- Emotions et expressions faciales
- Le regard, la distance, la posture
- Le sourire
- La prosodie, l'élocution
- Les règles conversationnelles - l'écoute active
- Les règles conversationnelles - le contenu de conversation
- Faire une demande
- Formuler un refus
- Se présenter au téléphone - formuler une demande au téléphone
- Se présenter en personne
- Faire une présentation
- Exprimer un besoin, un ressenti - l'authenticité
- Répondre aux critiques
- Recentrer les hors sujets

PROGRAMME



9 MOIS D'ENTRAÎNEMENT À LA REUSSITE

SESSIONS INDIVIDUELLES

- Préparation sur-mesure par tranches d'1h

EN AUTONOMIE OU AVEC LES EDUCATEURS

- Mise à disposition des outils sur l'ensemble des 9 mois

APRES L'ACCOMPAGNEMENT

- Test d'assertivité
- Test des habiletés existantes



VOTRE COACH

Je m'appelle Angélique Stock, je suis coach et formatrice spécialisée dans les habiletés sociales - professionnelles et la préparation mentale.

A la tête d'une entreprise artisanale, ayant une solide expérience de cadre administratif et financier dans le BTP et le commerce, je suis également au cœur d'un réseau d'entreprises. Ainsi, j'expérimente au quotidien les enjeux des professionnels.

Ces atouts me permettent de proposer des préparations adaptées et évolutives pour les professionnels de demain que sont nos élèves d'aujourd'hui.

**DÉVELOPPEZ VOS
HABILETES SOCIALES ET
PROFESSIONNELLES !**



**ANGÉLIQUE STOCK
ZEBRE ZEN**

28B, AVENUE MARTYRS DE LA RÉSISTANCE

33127 MARTIGNAS SUR JALLE

TEL : 06 09 73 02 97

N° SIRET : 52814685500051

WWW.ZEBREZEN.FR