



↔ Que va-t-on faire ?

Prendre une décision professionnelle
claire, rapidement

- ✓ Clarifier rapidement ta situation professionnelle
- ✓ Identifier ce qui bloque réellement la prise de décision
- ✓ Définir une direction professionnelle réaliste
- ✓ Construire un plan d'action activable immédiatement

📋 Bénéfices

- ✓ Vision claire de ta prochaine étape
- ✓ Décision assumée
- ✓ Passage à l'action rapide
- ✓ Moins de dispersion, plus de focus
- ✓ Reprise de contrôle sur ton parcours

🎯 Objectifs

- Sortir d'une phase d'hésitation ou de flou
- Identifier tes **critères de décision** professionnels
- Mettre en cohérence compétences, motivations et réalité du marché
- Prendre une **décision alignée et engagée**
- Définir les **premières actions concrètes**

Modalités

6 RDV / 9,5 heures

Durée d'une session
1h30 à 2h

E-learning

5h en autonomie



Durée totale de
l'accompagnement :

3 à 5 mois

Délai d'accès :

15 jours



Jusqu'à 1 600€ via le CPF

▪ présentiel / hybride

2180€

(reste à charge 580€)

▪ 100% digital

1890€

(reste à charge 290 €)





Les 6 étapes

I L'engagement

1. **OBJECTIFS** Clarifier les enjeux & les objectifs 1h30

II L'investigation

2. **PARCOURS PROFESSIONNEL** : Explorer son histoire 2h

3. **VALEURS ET MOTIVATIONS**: Se reconnecter à soi 1h30

4. **COMPÉTENCES ET APPÉTENCES** : S'écouter 1h30

5. **CRITÈRES et FREINS**: Faire sauter les verrous, croyances limitantes 1h30

Travail personnel 2 à 5h
via des modules digitalisés
exercices, tests, évaluations...

III La Conclusion

6. **PROJET & BILAN** : Définir le projet, le plan & les actions à mener, faire le 1^{er} petit pas 1h30



Qui suis-je ?

25 ans d'expérience dans les RH, notamment en tant que **DRH@Puma**, j'ai également une formation de coach (certification PCC) et une spécialisation dans le **Syndrome de l'Imposteur**.

J'ai une affinité naturelle avec les **neuroatypiques** (HP, TDAH, Autisme, Dys...)

Ce que je sais être : directe, efficace, bienveillante et un brin magicienne !

Ce que je sais faire : **accompagner les individus pour aller là où ils veulent et pas là où il faut.**



Pour qui ?

- Salarié.e
- Indépendant.e
- Demandeur.se d'emploi



Outils et méthodologie

- ✓ Cycle de l'autonomie & du changement
- ✓ État du moi, Position de vie, Drivers
- ✓ Métaphores, images, photolangage
- ✓ Analyse Transactionnelle,
- ✓ Croyances et valeurs...Techniques d'ancrage,
- ✓ Exercices et tests en ligne,
- ✓ Vidéos,
- ✓ Bibliographie,
- ✓ Fiches Pratiques,
- ✓ Centre de Ressources...

