

# Programme de formation « Retrouver du sens dans mon métier »

« L'atelier des Possibles » - Sophie Parisot - SIRET 829406321 00010 – NDA 53560955056 –QUALIOPi B03041

## Objectif pédagogique

L'objectif de cette formation est d'apprendre à utiliser les outils ludiques et créatifs que sont le photo-langage et la métaphore pour retrouver du sens dans son métier.

Lors de cette formation le stagiaire est invité à se connecter au sens de son métier à travers 3 regards sur le passé, le présent et le futur :

- Identifier les freins rencontrés et les ressources mobilisées dans son quotidien
- Se remémorer les motivations à l'origine du choix de son métier
- Mettre en perspective le sens de son avenir
- S'éveiller aux opportunités de changement

## Public

Tout public. Aucun prérequis

## Méthode

Au cours de la formation, les participants expérimentent et mettent en œuvre des processus puissants d'observation et de mise en mots. Ils pratiquent puis en tirent un apprentissage pour eux et pour leur quotidien.

Les stagiaires sont invités à travailler individuellement, à échanger en binôme puis en groupe pour compléter leur apprentissage. Les exercices de respiration et cohérence cardiaque favorise le travail en conscience.

L'enchaînement des processus est une progression pour retrouver du sens et faire le choix de ses prochaines actions.

## Programme de la journée

- Accueil des participants
- Respiration
- Introduction à la méthode
- Atelier 1 « Présent, Passé, Futur »
- Cohérence cardiaque
- Atelier 2 « Libérer son potentiel »
- Débriefing et clôture

## Modalités

- Lieu : Vannes
- Tarif : 190€/personne
- Horaires et durée : 9 à 18h (7heures)
- 6 à 8 participants
- Évaluation : débriefing à chaud et questionnaires d'évaluation à chaud et à froid
- Date limite des inscriptions : 15 jours avant le début de la formation (consulter le site internet)

# Programme de formation « Retrouver du sens dans mon métier »

« L'atelier des Possibles » - Sophie Parisot - SIRET 829406321 00010 – NDA 53560955056 – DATADOCK 0078141

## Intervenante et contact

Sophie Parisot au 06 27 02 81 34 – [contact@sophieparisot.com](mailto:contact@sophieparisot.com) - <http://www.sophieparisot.com>

## Bulletin d'inscription Formation « Retrouver du sens dans son métier »

Bulletin d'inscription à retourner par mail à [contact@sophieparisot.com](mailto:contact@sophieparisot.com)

*Les personnes en situation de handicap qui souhaiteraient suivre cette formation sont invitées à contacter l'intervenante par téléphone afin d'étudier ensemble les possibilités de participer à la formation.*

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse mail : .....

Numéro de téléphone : .....

Date souhaitée : .....

Contexte et attentes particulières : .....

.....

.....

Besoins particuliers : .....

.....

.....

Situation de handicap :

- oui
- non