

THÈMES TRAITÉS

A L'ISSUE DES ATELIERS . . . ,

J'utilise les techniques créatives qui me conviennent au service de mon projet.

J'ouvre les possibles et suis capable d'identifier mes résistances.

Je connais mes valeurs fondamentales.

Au travers d'un bilan de satisfaction, je comprends les changements à réaliser.

J'explore toutes les techniques pour identifier mes projets 1, 2, 3...

Je réalise un petit bilan de compétences et de réalisations.

Au passage, j'améliore la qualité de ma communication, l'écoute et vis en situation réelle, dans le cadre du groupe, un comportement assertif.

Je construis, étage par étage, un projet professionnel inspirant et solide.

Je sais analyser les forces et les faiblesses (SWOT) de mes projets.

Je tolère ma procrastination et l'inclus dans mon plan d'action.

Je rebondis sur les émotions négatives et comprends les étapes du changement.

Je réseose ! : comment construire un réseau de personnes intéressantes.

J'apprends les techniques de validation de mes projets professionnels.

J'identifie les formations dont j'ai besoin.

Je captive mes interlocuteurs avec une présentation personnelle en storytelling.

Je sais comment négocier un salaire, une promotion, une formation, un temps partiel.

J'ose briller en entretien en exprimant ma plus value personnelle.

Je suis sûr que mon CV est lu par les recruteurs.

Je rédige une lettre personnelle de motivation ou un courriel qui sait décrocher un entretien.

Je postule à un poste à responsabilités à temps partiel : j'ose le jobsharing.

Je communique de façon convaincante avec mon corps.