



Modeler un projet qui m'inspire

BILAN DE COMPÉTENCES EN COLLECTIF

Ma planète pro est une invitation à passer de « je ne reconnais pas ou plus dans ce monde ... » à « le monde que je veux habiter c'est..., ce que je veux vivre c'est... » afin de modeler un projet professionnel porteur de sens pour vous et activable en société.

Ce parcours d'accompagnement est structuré autour de 6 ateliers collectifs et 3 sessions individuelles au cours desquels vous faites émerger ce à quoi vous souhaitez contribuer via votre projet professionnel, vous identifiez vos valeurs et points d'appuis pour le concrétiser.

Le collectif vous offre un miroir qui vous permet de renforcer la confiance en vous et de nourrir votre réflexion. Cheminer à plusieurs multiplie les possibles. Les temps individuels seront là pour approfondir en fonction de vos besoins spécifiques.

Prêt(e) à embarquer ? Voici le programme

Positionner mon projet de bilan

SESSION INDIVIDUELLE • 1H

Connecter avec ce qui m'anime
ATELIER 1 • 2H30

Orienter ma contribution
ATELIER 2 • 2H30

Investir ma puissance d'agir
ATELIER 3 • 2H30

Relier hier à demain
SESSION INDIVIDUELLE • 1H

Oser mon job idéal
ATELIER 4 • 2H30

Accueillir l'inconnu
ATELIER 5 • 2H30

Activer mon plan d'action
ATELIER 6 • 2H30

Rétrospective et évaluation
SESSION INDIVIDUELLE • 1H

Comment participer ?

Contactez-moi pour plus d'informations et pour vous inscrire :
Lisa Barrau
06 79 37 66 05
barrau.lisa@gmail.com

6 participants maximum par session.
Date limite d'inscription : 10 mars 2023

En présentiel : 1 500 €
En Visio : 1 300 €



À l'Unisson
Coaching & formation

Pour aller plus loin : Approche et Chemin

L'APPROCHE mise en œuvre est plurielle d'une part pour favoriser votre cheminement, d'autre part pour vous permettre de mieux connaître votre manière de fonctionner : à chacun sa logique et ses déclencheurs.

- Narration afin d'extraire vos ingrédients de réussite, vos forces, vos valeurs, vos besoins et aspirations à partir de ce que vous vivez;
- Photolangage et projections pour accueillir vos ressentis, laisser parler vos intuitions et stimuler l'imaginaire;
- Feed-back du groupe et miroirs afin de vous apporter un regard extérieur bienveillant et constructif tant sur ce que vous dégagez que sur votre projet;
- L'intelligence collective pour ouvrir la réflexion, élargir le champ des possibles grâce à la richesse des regards croisés et des expériences de vie complémentaires;
- Enquêtes métier et entretiens réseau pour étayer votre réflexion, enrichir vos représentations métier et en éprouver la réalité terrain;
- Journal créatif et outils d'exploration afin d'approfondir la connaissance de vous-même, de favoriser l'expression, de tirer les fils;
- Apports de notions pour soutenir l'évolution des postures et éclairer le cheminement;
- Du plaisir à être là, à rencontrer, découvrir, donner et recevoir pour faire le plein d'énergies positives.

LE CHEMIN

Entre chaque session, un travail personnel sera mené afin d'approfondir et de préparer la session suivante. Votre investissement est essentiel à la réussite de votre démarche.

Positionner mon projet de bilan – En individuel - 1h

Cette session vise à clarifier ce qui motive votre démarche, définir la récolte souhaitée à l'issue de votre bilan et à enclencher la réflexion;

Connecter avec ce qui m'anime - Atelier collectif - 2h30

Point de départ, cet atelier sera dédié à vous délester de ce dont vous ne voulez plus, et à imaginer la planète sur laquelle vous aimeriez vivre, à contacter ce qui est essentiel pour vous. Il s'agit de se relier à ce qui fait sens pour vous et de le laisser agir comme une boussole au fil de ce parcours;

Orienter ma contribution - Atelier collectif - 2h30

S'appuyant sur votre récolte du 1^{er} atelier, vous investissez votre planète en vous centrant sur ce que vous voulez y vivre, et ce que vous souhaitez offrir au monde;

Investir ma puissance d'agir - Atelier collectif - 2h30

Connectés à ce qui est important pour vous, vous développez la conscience de vos forces, de vos ressources et points d'appuis en faisant parler vos expériences;

Relier hier à demain – en individuel – 1h

Dans le prolongement de l'atelier « Investir ma puissance d'agir » vous dégagez le fil conducteur de vos expériences et projets et identifiez vos passerelles;

Oser mon job idéal - Atelier collectif - 2h30

Forts de vos ressources et aspirations, vous vous projetez professionnellement pour cueillir les ingrédients nécessaires à votre épanouissement professionnel et identifier les pistes à explorer;

Accueillir l'inconnu - Atelier collectif - 2h30

Un changement de cap naît d'une transformation, d'un changement de perception. Cet atelier vise à à vous donner des repères pour naviguer dans l'inconnu et soutenir cette transition;

Activer mon plan d'action - Atelier collectif - 2h30

Structurer les étapes, identifier les leviers à activer, se donner des objectifs concrets, telle est la vocation de cette session;

Rétrospective et évaluation – En individuel – 1h

Cette session vise à consolider les acquis et à honorer le chemin parcouru.



Ce qui m'anime, mon chemin

La planète que je veux habiter est un monde accueillant, pour soi-même et pour l'autre, qui honore les qualités de chacun;

Ce qui est essentiel pour moi c'est de m'inscrire dans le vivant, de le nourrir et de contribuer à le faire grandir;

Ce dont j'ai besoin, c'est de me sentir libre d'être qui je suis, dans toutes mes variations, mes rôles, et mes évolutions;

Ce qui fait ma force, c'est l'écoute, le oser dire authentique et bienveillant, l'accueil de ce qui est, la curiosité pour l'autre et le plaisir de découvrir, d'apprendre, ma sensibilité et ma capacité à voir le beau chez l'autre;

Ce qui me porte c'est la croyance profonde que nous sommes des magiciens : nous pouvons transformer le cours des choses dès lors que nous sommes connectés avec nos ressources et alignés avec nos valeurs;

Ce qui me nourrit c'est de contribuer à l'éveil de nos forces, de nos beautés intérieures, et de nos aspirations généreuses via l'accompagnement individuel et collectif;

Mon plus grand saut dans l'inconnu a été de quitter le salariat après 15 ans en RH et de belles formations en coaching, en pratiques d'intelligence collective et en médiation, pour créer mon activité;

Ma plus grande peur a certainement été celle de passer à côté de mes aspirations. Aujourd'hui, c'est celle de ne pas avoir le temps de découvrir tout ce que nous offre le monde comme possibilités d'apprentissage et d'éveil des consciences;

Mon plus grand espoir est celui de voir mes enfants grandir dans un monde qui dit Oui à leurs rêves;

L'une de mes grandes joie est de vous proposer ce parcours !

Lisa



[Profil LinkedIn](https://www.linkedin.com/in/lisaalunisson/)
www.alunissoncoaching.com



À l'Unisson
Coaching & formation