



---

## PROGRAMME DE FORMATION PROFESSIONNELLE

Gestion de carrière et transition professionnelle

### 1. Public concerné

Salariés du secteur privé ou public, indépendants, particuliers

### 2. Prérequis

Être en situation d'évolution professionnelle vers un nouveau statut : managérial, indépendant.

### 3. Objectif général

- Mieux vivre et organiser son évolution professionnelle

### 4. Objectifs opérationnels

- Renforcer ses *soft skills* et ses compétences stratégiques pour accompagner son développement professionnel
- Adopter une attitude confiante vis-à-vis du changement professionnel
- Transformer toutes ses ressources en clés de réussite de son évolution professionnelle
- Définir et incarner sa nouvelle posture professionnelle de manière efficace et durable
- Concevoir un projet réaliste et viable de transition professionnelle : prise de poste ou création d'activité

### 5. Programme détaillé

#### 5.1. Module 1 Vision professionnelle (2 heures)

- Prendre conscience des enjeux spécifiques de la situation actuelle de changement
- Développer son intelligence émotionnelle
- Développer sa capacité d'adaptation
- Identifier sa source de motivation
- Se donner un défi professionnel et personnel en lien avec son projet d'évolution

#### 5.2. Module 2 Surmonter les freins au changement (2 heures)

- Reconnaître les changements passés dans son parcours professionnel, identifier les difficultés expérimentées et les ressources déjà mobilisées
- Analyser les peurs, croyances et obstacles restants au changement professionnel à venir
- Transformer les freins au changement en leviers de développement professionnel
- Apprendre une technique créative de résolution de problèmes
- Gagner en persévérance

---

### **5.3. Module 3 Affirmation de soi (2 x 2 heures)**

- Repérer ses hésitations, doutes et questionnements vis-à-vis de l'évolution professionnelle
- Apprendre une technique créative de prise de décision
- Développer sa capacité à faire des choix pour agir et à prendre en charge son activité
- Développer sa force de proposition et d'imagination de propositions nouvelles
- Apprendre à prendre du recul et à faire preuve d'objectivité
- Gagner en confiance et assertivité

### **5.4. Module 4 Business Model (2 à 4 heures)**

- Apprendre une méthode créative de gestion de projet professionnel : Business Model You pour les managers et indépendants, Canvas pour la création d'entreprise
- Valoriser toutes ses ressources : connaissances, compétences, atouts personnels, moyens, relations
- Identifier ses limites et aspirations professionnelles
- Générer des idées pour développer au maximum le potentiel de son nouveau rôle/activité en ligne avec ses ressources et sa vision professionnelle
- Élaborer une stratégie de développement professionnel : positionnement, communication, activités
- Renforcer sa proactivité

### **5.5. Module 5 Personal branding (2 heures)**

- Identifier son style relationnel
- Choisir son thème narratif, définir son storytelling et créer son pitch
- Développer son sens de la communication

### **5.6. Module 6 Étude et développement (2 à 4 heures)**

- Apprendre à appliquer des techniques d'étude à la réalisation de son évolution professionnelle
- Intégrer les données et informations relatives au nouveau contexte / marché professionnel : environnement, acteurs, besoins, à la stratégie de développement professionnel
- Rapprocher sa vision professionnelle des besoins réels du nouveau contexte professionnel
- Approfondir sa proposition de valeur

### **5.7. Module 7 Productivité (2 heures)**

- Identifier ses objectifs de carrière à court, moyen et long terme
- Planifier son évolution professionnelle en y incluant tous les soutiens
- Apprendre des techniques de planification pour accroître son efficacité personnelle
- Développer son sens de l'organisation
- Développer sa réactivité

---

## 6. Démarche pédagogique

- Accompagnement individualisé
- Méthode participative : échanges sur les pratiques des participants
- Méthode interactive : écoute et questionnement
- Techniques créatives d'écriture, visuelles et corporelles (marche) de la méthode Art de l'itinérance©
- Méthode expositive : apports théoriques de modèles et concepts
- Méthode active : création du Business Model You ou Canvas
- Supports pédagogiques numériques incluant un guide à l'étude du nouveau contexte professionnel
- Conseils et partage d'expérience

## 7. Modalités d'évaluation

- Évaluations formatives tout au long de la formation, résultats des exercices créatifs, Business Model conforme, résultats de l'étude, pitch conforme, plan d'action conforme
- Évaluation sommative en fin de formation : quiz
- Questionnaire de satisfaction en fin de formation
- Questionnaire de satisfaction à 6 mois de la fin de formation

## 8. Validation

- Certificat de réalisation en fin de formation
- Feuille d'émargement
- Évaluation et synthèse des acquis en fin de formation

## 9. Modalités

- Formation individuelle ou collective, inter ou intra-entreprises
- Modulaire : 4 modules minimum+selon objectifs
- Durée : de 8 à 20 heures selon les objectifs personnalisés, TP à prévoir (2 à 4 heures) pour le module en option « Étude et développement ».
- Horaires : à définir en semaine 8 heures-20 heures, le samedi matin
- Modalités : en présentiel ou à distance via visioconférence
- Lieu : en présentiel, dans les locaux de Art de l'itinérance©, à distance, ou dans les locaux de l'entreprise (intra)
- Accessibilité : notre formation peut être accessible aux personnes en situation de handicap. Chaque situation étant unique, nous vous recommandons de nous contacter avant votre inscription. Nous pourrions ainsi vous détailler les possibilités d'accueil et d'adaptation du format pour vous permettre de bénéficier du bilan dans les meilleures conditions ou vous orienter si besoin vers les structures spécialisées.
- Effectif : 1 à 6 personnes
- Date(s) : à définir
- Délai d'accès : deux semaines



---

## 10. Tarif & financement

- Formation individuelle : 200 € par module : 800 € (4 modules de 2 heures) - 2000 € (parcours complet)
- Formation inter-entreprises : 150 € par module/ personne ; 600 € (4 modules de 2 heures/ personne) - 1500 € (parcours complet/ personne)
- Intra-entreprises (4 personnes minimum) : 1700 € (4 modules) - 4000 € (parcours complet)
- Prise en charge partielle ou totale possible par les FAF, les OPCO, les employeurs, France Travail (AIF)
- Tarifs dégressifs dans le cas d'un financement entièrement personnel

## 11. Intervenante

- Chiara Kirschner, Consultante en Ressources Humaines et Formatrice depuis 13 ans après une première partie de carrière dans les études de marché, le conseil en innovation et en création d'entreprise. Spécialisée en transition professionnelle, titulaire d'un Doctorat en Sciences Sociales, d'une certification MBTI®, Test AFC Holland (RIASEC), d'une accréditation Mentor Practitioner EMCC, formée à la réalisation du bilan de compétences, aux techniques de créativité et à la relation d'aide. Créatrice de la méthode de transition professionnelle Art de l'itinérance® et dirigeante d'un organisme de formation depuis 4 ans, et en cours de certification Qualiopi.
- Contact
  - Chiara Kirschner
  - 0610480374
  - [chiara@artitinerance.com](mailto:chiara@artitinerance.com)
  - [www.artitinerance.com](http://www.artitinerance.com)

## 12. Les points forts de Art de l'itinérance®

- La valorisation de la singularité de chaque personne
- Une méthode dérivée d'une thèse de Doctorat sur la gestion créative des transitions professionnelles et de vie
- La synergie de nos compétences en accompagnement de l'évolution professionnelle et en stratégie (intra)entrepreneuriale
- Une formation modulable selon les besoins
- En présentiel, en distanciel, ou hybride