



# Check-up professionnel



## FICHE DESCRIPTIVE

### Informations générales

◆ **FORMATION - CODE CPNE : 1404-M1-TT-24**

◆ **PRÉAMBULE**

**“Le changement est la loi de la vie. Et ceux qui ne regardent que le passé ou le présent sont certains de manquer l'avenir”** J.F. Kennedy

Notre conviction est qu'il en va de même professionnellement.

Le train-train quotidien, le confort, les succès obtenus... sont un ensemble d'éléments qui peuvent conduire à une absence de changement, avec des conséquences préjudiciables sur la performance et l'épanouissement au travail :

- ◆ Ennui
- ◆ Perte de motivation
- ◆ Perte de créativité
- ◆ Baisse de la pro-activité et de la prise d'initiative
- ◆ Baisse de la performance
- ◆ Perte d'estime
- ◆ Décrochage
- ◆ Démission

À cela s'ajoute que le train-train et le confort peuvent amener un processus de déni qui empêche le salarié de « voir » l'importance de se questionner et potentiellement, de changer.

C'est la raison pour laquelle, à l'instar d'un check-up médical, il est clé de :

- Faire son diagnostic professionnel
- Réviser son projet professionnel
- Etablir un plan d'action avec pour objectif la performance et

l'épanouissement du collaborateur.

Ce diagnostic passe par différents questionnements :

- ◆ Quel est mon degré actuel de pro-activité et prise d'initiatives au sein de l'entreprise ?
- ◆ Quel est mon degré actuel d'engagement dans la résolution des problèmes de l'entreprise ?
- ◆ Quel est mon comportement actuel en entreprise : dans quelle mesure me convient-il ? Dans quelle mesure est-il flexible (et changeant) ou figé ?
- ◆ Dans quelle mesure mon mode de fonctionnement actuel est-il compatible avec la culture et l'environnement de travail de l'entreprise ?
- ◆ Quelles sont mes aspirations profondes ? Sont-elles actuellement satisfaites ? Dans quelle mesure sont-elles compatibles avec l'entreprise ?
- ◆ Dans quelle mesure je me sens à ma place et motivé ? Performant ? Apprécié et en confiance ?
- ◆ Quel projet et quelle place puis-je trouver au sein de l'entreprise pour déployer mon plein potentiel en me sentant utile / performant / apprécié ?
- ◆ Comment conjuguer mon talent et mes aspirations avec les talents et les aspirations des autres membres de l'équipe pour créer un projet commun inspirant et source de performance ?

◆ **PUBLIC :** Toute personne (collaborateur ou manager) ayant besoin de réfléchir à son parcours professionnel.

◆ **OBJECTIFS DE LA FORMATION**

- Effectuer un diagnostic sur sa satisfaction au travail (motivation, performance, confiance)
- Mettre en évidence ses leviers de motivation et réviser son projet professionnel
- Mettre en évidence l'environnement de travail adapté pour atteindre épanouissement et performance et identifier où et comment l'atteindre
- Définir conjointement les changements à adopter
- Définir un projet professionnel conjuguant les aspirations personnelles et le contexte
- Elaborer un plan d'action individuel pour y parvenir.

◆ **PRÉ-REQUIS :** aucun

◆ **EFFECTIF MAX :** 8 à 10 participants

◆ **DURÉE & MODALITÉ**

- 3 étapes :
  - étape 1 en collectif et en présentiel : 1 module de 24 heures pouvant être ventilé sur 3 jours (8 heures/jour) ou 4 jours (7 heures/jour + matinée de 3 heures)
  - étape 2 en individuel et en visio : 1 suivi individuel de 3 séances individuelles

- d'une heure, soit 3 heures
- étape 3 en collectif et en présentiel ou visio : 1 séance de bilan en groupe de 8 heures après une période globale de 4 à 6 mois.
- soit 35 heures



#### TARIF

- 2800€ HT pour un participant intégré à une formation inter-entreprise.
- Nous demander un devis pour une formation intra-entreprise.



#### PRISE EN CHARGE OPCO

Prix HT validé par la Commission Paritaire Nationale à l'automne 2024 :

- 44,00€ / heure / participant
- soit 1540,00 € / participant

## Contenu de la formation



#### CONTENU – DESCRIPTIF

##### 1ÈRE ÉTAPE EN COLLECTIF

#### JOUR 1

- Introduction du cycle
- Inclusion
- Cadre et règles de fonctionnement
- Phase de diagnostic 1
  - Mettre de la conscience sur sa pro-activité professionnelle et son degré de prise d'initiatives
  - Comprendre et verbaliser les raisons d'une baisse de pro-activité
  - Être plus conscient des limites que l'on s'impose
  - Mettre de la conscience sur son degré d'ouverture dans la résolution des problèmes et dans le maintien de non-dits
  - Comprendre les freins et les dépasser

#### JOUR 2

- Phase de diagnostic 2
  - Identifier ses comportements habituels (préférences comportementales) avec les autres avec la grille « ICO »
  - Déterminer son degré de flexibilité et de rigidité
  - Identifier la comptabilité ou incompatibilité de ses préférences comportementales avec la culture et l'environnement de travail de l'entreprise. Faire le lien avec des situations vécues : sensation d'être à sa place *versus* ne pas l'être, bien-être *versus* mal-être, engagement *versus* désengagement...

- Identifier les changements à opérer individuellement et collectivement.

### JOUR 3

- Phase de révision et ré-écriture de son projet professionnel
  - Faire l'expérience du contact avec son Essence
  - Identifier sa mission professionnelle dans toute sa singularité
  - Identifier les domaines d'excellence
  - Faire le lien entre la mission professionnelle et le poste actuel
- Affirmation du projet professionnel
  - Identifier son stade de développement actuel
  - Identifier les prochaines étapes de son développement
  - Planifier son évolution
  - A partir des travaux précédents, présenter son projet professionnel révisé.

NB : à noter que ces 3 jours peuvent être ventilés sur 4 jours.

### 2ÈME ÉTAPE : SUIVI INDIVIDUEL EN VISIO

- 3 séances individuelles d'une heure en visio.

### 3ÈME ÉTAPE EN COLLECTIF

Bilan en présentiel sur 1 journée de 8 heures

- Présentation par chacun de son retour d'expérience :
  - Actions réalisées
  - Succès
  - Echecs
  - Enseignements
- Consolidation des projets de chacun et des plans d'actions associés.
- Débriefing de la formation.

# Moyens, ressources et encadrements pédagogiques

## ◆ LES MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques
- Mises en situation
- Réalisation du questionnaire scientifique Elément B
- Échanges en sous-groupes et grand groupe
- Temps de débriefing et de capitalisation des enseignements
- Travaux inter modules

## ◆ DOCUMENTS PÉDAGOGIQUES

- Remise d'un livret pédagogique ou de documents pédagogiques.

## ◆ ENCADREMENTS PÉDAGOGIQUES

- Les formateurs de Malicorne Conseil sont des spécialistes en leadership, management et gestion de projet.
- Malicorne Conseil est spécialisé dans l'accompagnement des dirigeants, des directions, des managers, des équipes et des collaborateurs du monde de l'agro-équipement depuis plus de 25 ans.

# Evaluation et statistiques

## ◆ EVALUATION DES ACQUIS

Nous réalisons une évaluation authentique via :

- la réalisation de tâches ou projets pendant le module et entre les modules,
- la rédaction d'un plan d'action personnalisé à l'issue de chaque module et en fin de parcours.

L'évaluation authentique prend ainsi en compte non seulement la réalisation finale (par ex. un rapport), mais aussi le processus de travail, incluant les choix, les stratégies et les justifications.

Si le formateur le juge utile, les participants complèteront une fiche d'évaluation des connaissances et des acquis d'expérience à l'issue du module.

## ◆ NOS STATISTIQUES

L'analyse des données des questionnaires de satisfaction de nos participants, communiqués à la Commission Paritaire Nationale pour l'Emploi (CPNE) montre un très haut degré de satisfaction sur l'ensemble de nos formations avec un Total cumulé (satisfaisant + Très satisfaisant) supérieur à 98% pour les indicateurs suivants :

- Satisfaction globale de la formation
- Qualités pédagogiques du formateur (écoute, dynamisme, clarté)

## Conditions d'accès

### ◇ ACCÈS AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Malicorne Conseil met tout en œuvre pour faciliter l'accès à la formation aux Personnes en Situation de Handicap. Nos formations sont adaptables et dans le cas où un accompagnement plus personnalisé devrait être mis en place, nous serons en mesure de vous diriger vers des organismes plus adaptés. Nous tenons à votre disposition la liste de ces organismes sur simple demande.

### ◇ DÉLAIS D'ACCÈS

Dans le cas d'une formation intra-entreprise, nous nous engageons à vous proposer une formation dans les 3 mois.

L'inscription d'un participant est à réaliser au plus tard 2 semaines avant la date de début de formation.

### ◇ LIEU DE LA FORMATION

Dans le cas d'une formation intra-entreprise, le lieu est à définir avec le client.

Dans le cas d'une formation inter-entreprises, la formation est réalisée dans nos locaux au 10 place des Martyrs, 92110 Clichy la Garenne.

### ◇ CONTACTS

[contact@malicorne-conseil.fr](mailto:contact@malicorne-conseil.fr)

[www.malicorne-conseil.fr](http://www.malicorne-conseil.fr)

10 place des Martyrs, 92110 Clichy