



À RETENIR :

Sens de la Vie Sens du Travail

- Donner du sens
- Identifier ses priorités
- Faire ses propres choix

Qu'est-ce qui peut donner du sens à mon (futur) travail ?

Que puis-je prendre en compte pour me sentir plus acteur de mon parcours professionnel ?

Comment s'équilibrent ma vie professionnelle et ma vie personnelle ?

Découvrez le dispositif « **Sens de la Vie, Sens du Travail** ». Un dispositif d'accompagnement en orientation innovant, préalablement, expérimenté avec le concours des chercheurs du **CNAM-INETOP** (Institut national d'étude du travail et d'orientation professionnelle) et **animé par des psychologues du travail de France Travail**

POUR QUI :

- Toute personne en reconversion professionnelle ou recherche d'emploi ;
- Avant ou après un travail de bilan ;
- Toute personne ayant besoin de réfléchir sur le sens donné à son parcours personnel et professionnel.

OBJECTIFS :

- Donner du sens à son parcours personnel et professionnel ;
- Clarifier ses attentes par rapport au travail et à l'équilibre entre vie personnelle-vie professionnelle ;
- Être capable de prendre conscience de ses ressources et d'identifier ses priorités, de faire ses propres choix et de les traduire en actes ;
- Retrouver un pouvoir d'agir ;
- Identifier des buts et des actions à mener ;
- Lever des indécisions, reprendre confiance en soi.

PRÉ-REQUIS :

- Maîtriser le français oral et écrit ;
- Être disponible et prêt à s'investir sur l'ensemble des séances (Travail personnel d'environ 20h entre les séances sur l'ensemble du dispositif).

! Ce dispositif n'est pas : un travail thérapeutique, un bilan de compétence, une élaboration de projet



7 séances espacées d'une à 2 semaines pour une durée totale de 2 à 3 mois.

- Un accompagnement collectif au sein d'un petit groupe comprenant 2 à 3 entretiens individuels ou un accompagnement individuel.

1

Découverte du dispositif

2

Analyser / réfléchir sur les valeurs personnelles et professionnelles

3

Analyse des parcours de vie

4

Le rapport au travail

5

Scénarii de vie future

6

Développement de la qualité de vie

7

Synthèse et perspectives



**VOUS ÊTES INTÉRESSÉ(E) ?
RENSEIGNEZ-VOUS AUPRÈS DE
VOTRE CONSEILLER FRANCE TRAVAIL**