

Développer et renforcer sa posture professionnelle

Éprouver, s'accorder et répondre

À partir du 18 janvier 2021 à Lausanne

Croisant mon expertise entre sociologie du travail, pédagogie (enseignement), éducation sociale, parcours théâtral et formation d'adultes (formation continue et chargé de cours à l'Arpih), je propose la mesure NEMETIS "Développer et renforcer sa posture professionnelle" (PNOAI1). Cette mesure, composée d'un ou deux modules, est destinée au **public cible** suivant : *personnes atteintes dans leur santé psychique, sociale, comportementale et dans leur situation professionnelle*. L'**objectif** de la mesure NEMETIS vise à permettre à l'assuré de retrouver les aptitudes qui faciliteront sa réinsertion sociale et professionnelle.

Concrètement, l'objectif central de cette mesure consiste à travailler avec l'assuré sa posture professionnelle afin de favoriser son ajustement face aux résistances qu'il vit dans sa pratique professionnelle. La vision globale (psychique, sociale et physique) de cette mesure propose de travailler avec les épreuves professionnelles dans un cadre sécurisant et bienveillant dans le but de développer les compétences transversales et l'intelligence pratique des bénéficiaires. En un mot, favoriser l'employabilité grâce à des mises en situation pratiques sur les thématiques suivantes : entretien professionnel ; conflits ; création du lien et juste proximité ; rythme de travail ; suivi d'un cadre ; prévention de l'échec ; motivation ; éprouver et répondre à sa vulnérabilité (burn-out).

Le **premier module** (PNOAI1A) est une formation théorique et pratique en petit groupe composée d'une session hebdomadaire (deux heures) durant trois mois. Les objectifs poursuivis par cette formation permettront aux bénéficiaires d'être à l'aise avec leur corps, d'améliorer leur posture professionnelle, ainsi que la clarté des messages transmis par le corps et la parole. L'approche pédagogique de cette formation se décline au travers d'exercices psychocorporels, d'analyses de situations professionnelles, d'ateliers de groupe et de séances en plénum. Plus spécifiquement, cette formation poursuit l'ensemble des objectifs de progression de la grille CAM :

- Motricité (physique) : exercices psychocorporels et ancrage
- Cérébralité (adaptation) : structuration et gestion des apprentissages
- Affectivité (intégration) : dynamique de groupe, confiance en soi, implication, résilience et gestion du stress

Le **deuxième module** (PNOAI1B), optionnel, consiste en un coaching individuel d'une heure hebdomadaire - modulable selon les besoins de l'assuré - durant trois mois. Cet accompagnement s'intéresse à poursuivre individuellement le travail effectué par le bénéficiaire durant la formation. L'objectif est d'axer l'accompagnement sur la résolution des résistances corporelles, psychiques et sociales du bénéficiaire face à la construction et au développement de sa posture professionnelle. L'individualisation de ce volet permet de personnaliser les objectifs de réinsertion du bénéficiaire en parcourant son histoire de vie, de proposer et d'effectuer des exercices particuliers ainsi que d'offrir des outils spécifiques visant l'amélioration de sa posture professionnelle.

Informations pratiques

- **Horaire** : Module I, lundi soir de 19h à 21h / Module II, séance (1 heure) le jeudi ou le vendredi entre 8h et 19h
- **Durée** : 3 mois renouvelable
- **Prix** : Par heure et participant / Module I : 80 CHF et Module II : 120 CHF (d'entente avec le MDC au 01.2021)
- **Lieux** : École Gedane, Côtes-de-Montbenon 30, 1003 Lausanne, 2^{ème} étage (Module I, formation en groupe)
mhp I centrum, Place Chauderon 3, 1003 Lausanne, 2^{ème} étage (Module II, coaching individuel)
- Disponible à partir du lundi 18 janvier 2021 pour un **maximum de 8 personnes** (sans prérequis)
- Inscription et informations auprès de Julien Nussbaum au **079 683 71 61** ou à **direction@projetnemetis.ch**