



# PROGRAMME MÉTAMORPHOSE

*Pour briller et vous envoler vers votre liberté professionnelle !*

## C'est quoi ?

Il s'agit d'un programme d'accompagnement destiné aux professionnels souhaitant se reconverter, pour trouver du sens et s'épanouir dans leur vie professionnelle.

## Comment ça se déroule ?

L'accompagnement s'effectue à distance et à votre rythme, sur une durée de 3 mois (à raison d'1h de rendez-vous par semaine) + un suivi à 3 mois (d'un rendez-vous par mois).

## 3 PHASES

### ● Explorez et découvrez

Bilan de parcours de vie et de soi  
Sur le terrain

### ● Développez et clarifiez

Priorisation des informations  
Maturation du/des projet(s)

### ● Déployez vos ailes et soyez

Elaboration du plan d'actions  
Actions

## Qu'est-ce que ça m'apportera ?

- Faire le deuil de votre dernier emploi si nécessaire
- Lever les freins qui vous empêchent d'avancer
- Prendre confiance en vous
- Prendre conscience de vos talents et compétences
- Trouver un équilibre de vie
- Développer votre réseau
- Apprendre à vous valoriser
- Acquérir une méthodologie pour effectuer un changement
- Préparer un plan d'actions pour votre avenir
- Bénéficier d'un soutien et d'un suivi par une professionnelle
- Retrouver une sérénité et un épanouissement dans votre vie professionnelle



## Par qui serais-je accompagné(e) ?

Tiphaine Choblet, psychologue du travail diplômée de l'UCO d'Angers, spécialisée dans l'accompagnement des transitions professionnelles, et ayant de multiples expériences en accompagnement, formation, insertion et évolution professionnelle.

Ses atouts : une ouverture d'esprit et une écoute bienveillante, des apports concrets et une adaptation à vos besoins.

## Comment suivre ce programme ?

Par mail : [soitOa.psydutravail@gmail.com](mailto:soitOa.psydutravail@gmail.com)

Par téléphone : 06 02 67 62 64

[www.soitOa-psychologue-du-travail.com](http://www.soitOa-psychologue-du-travail.com)

