

## Formation

# Vérifier son projet de mobilité : évaluer l'adéquation de son projet professionnel à son profil et au marché de l'emploi

<b>Durée de la formation :</b>	14 heures
<b>Date de la session :</b>	du 02/07/2026 au 03/07/2026
<b>Dates précises :</b>	
<b>Horaires de la session :</b>	9h - 17h
<b>Lieu :</b>	Univ. Bordeaux - Talence - Bâtiment A21 - salle 152
<b>Nombre de places maximum :</b>	20
<b>Formateur(s) :</b>	JULHIET STERWEN
<b>Prérequis sur cette formation :</b>	
<b>Public ciblé :</b>	Tout public
<b>Public prioritaire :</b>	Tout public
<b>Date limite d'inscription :</b>	19/06/2026

---

### Objectifs :

- Définir les notions de compétence, motivation et valeur de travail
- Traduire les étapes de son parcours professionnel en compétences et en attente pour son prochain poste
- Mettre en lien les compétences développées et ses aspirations avec une offre d'emploi
- Identifier les écarts de compétence et les moyens de les combler

### Programme :

Jour 1

#### 1) Introduction :

- Présentation du consultant formateur et du programme
- Règles importantes pour la bonne dynamique de groupe
- Tour de table sur les valeurs du groupe et les attentes des participants

#### 2) Synthèse de son parcours professionnel et personnel et mise en relation « poste/projet professionnel/parcours professionnel » :

- Compte rendu de son parcours
- Analyse du parcours en termes de fil rouge, de résultats, en termes d'apprentissage global
- Définir les notions de compétence, motivation et valeur de travail
- Se nourrir des connaissances exposées par les autres pour explorer le champ de ses propres compétences

Méthodes pédagogiques : passeport transition professionnel et guide DGAFP, réflexion individuelle (schéma heuristique), passation de questionnaires, inventaire des compétences (savoir, savoir-faire) et des aptitudes, restitution en grand groupe d'un des stagiaires

#### 3) Définition de ses objectifs Identification de ses choix passés Identification de son champ de connaissances :

- Savoir ce que l'on cherche pour son prochain poste
- Se nourrir des recherches des autres
- Exprimer ses ambitions
- Se fixer un objectif pour l'analyser
- Prendre confiance en soi
- Clore des problématiques anciennes

- Savoir s'appuyer sur ce que l'on a déjà su faire • Évaluer sa volonté

Méthodes pédagogiques : présentation du guide DGAFP pour aider l'agent dans sa recherche de poste, questionnement en groupe, restitution des réponses sur papier bord, réflexion individuelle (utilisation de la méthode du schéma heuristique), restitution en groupe, passation de questionnaires

#### 4) Mise en oeuvre du projet professionnel :

- Savoir rédiger un CV en respectant les règles communément admises
- Analyse de CV
- Compréhension et maîtrise des règles de rédaction d'un CV

Méthodes pédagogiques : questionnement des stagiaires, fiches documentaires, modèles et trames de CV

#### 5) Bilan :

- Retour sur les éléments clés de la journée et préparation de la journée 2
- Réponses aux interrogations des stagiaires

#### Jour 2

##### 1) Introduction :

- Tour de table, retour sur les notions de la journée 1

##### 2) Rédiger une lettre de motivation en fonction de l'offre d'emploi choisi :

- Mise en oeuvre de son choix de poste par la lettre de motivation
- Les deux formes de lettre : réponse à une offre d'emploi et candidature spontanée
- Le contenu de la lettre
- Les critères de qualité d'une lettre
- Ce qu'il ne faut pas écrire
- Techniques de communication écrite : les formules de rédactions et la construction d'une lettre
- Rédaction de la lettre

Méthodes pédagogiques : questionnement des stagiaires, fiches documentaires, modèles et trames de lettre de motivation

##### 3) Confronter son projet à la réalité du marché :

- Rechercher et appréhender une offre d'emploi sur les différents sites dédiés à l'emploi
- Identifier les besoins de son secteur géographique et de son domaine technique ou métier
- S'informer sur votre environnement : établir une liste des milieux professionnels, des métiers, des fonctions qui vous concernent et vous intéressent et identifier les besoins précis des recruteurs
- Construire une grille permettant de confronter les attentes personnelles à la réalité du marché de l'emploi
- Identification de la faisabilité du projet professionnel
- Se nourrir des recherches des autres

Méthodes pédagogiques : présenter, savoir rechercher et s'exercer à appréhender le site « Place de l'Emploi Public », exercice sur le recueil de l'information via les vecteurs de communication papier, internet, réseaux sociaux, l'enquête directe, exercice la carte des postes, exemples de fiches pour construire son plan d'action et définir ses étapes, questionnement en groupe

##### 4) Réussir son entretien :

- Préparer son entretien et réussir à convaincre ses interlocuteurs
- Développer des arguments objectifs et solides
- Développer ses motivations
- Gérer son stress, ses attitudes et sa posture

Méthodes pédagogiques : simulation d'entretien, bilan et fiche pratique pour améliorer sa communication, convaincre avec le modèle STAR

5) Bilan et clôture de la formation

**Pour tout renseignement complémentaire :**

Chargé(e) de formation : <mailto:manivone.phannoudej@u-bordeaux.fr>

Pôle AGRH - service développement des compétences

Retrouvez le détail des sessions proposées et inscrivez-vous sur [FormAction](#)  
et toutes les infos sur [l'intranet](#)