

# Atelier de professionnalisation (ATEL101\_AES)



## En bref

- > **Méthodes d'enseignement:** En présence
- > **Forme d'enseignement :** Projet personnel et professionnel
- > **Ouvert aux étudiants en échange:** Oui

## Présentation

### Description

Ce module s'articule autour d'un ensemble de séances conçues pour aider les étudiants à développer les compétences essentielles à leur future insertion professionnelle.

L'objectif est de leur offrir un apprentissage concret, vivant et directement applicable, en faisant intervenir des professionnels vacataires, experts dans leur domaine. Ces intervenants partagent, le temps d'une séance de trois heures, leurs outils, leurs méthodes et leurs conseils pratiques issus de leur expérience du terrain.

Au fil des séances, les étudiants apprennent à planifier et à préparer une présentation de soi, à identifier leurs forces et leurs axes de progrès, mais aussi à valoriser leurs atouts personnels et professionnels dans des contextes variés : entretien d'embauche, candidature à un stage ou encore projet collectif.

Ce module vise ainsi à développer à la fois des savoir-faire concrets et des savoir-être essentiels tels que la confiance en soi, la capacité d'adaptation et l'esprit de synthèse, afin d'accompagner chaque étudiant dans la construction d'un projet professionnel cohérent et épanouissant.

### Objectifs

#### 1. S'organiser, prioriser, planifier

##### Objectifs généraux :

Acquérir des méthodes d'organisation personnelle efficaces i

Identifier et hiérarchiser les tâches selon leur importance

Gérer son temps pour limiter le stress et les imprévus

## **2. Réaliser un moodboard de son projet professionnel**

### **Objectifs généraux :**

Entamer ou poursuivre une démarche de construction progressive de son projet professionnel - Acquérir une méthodologie qui pourra être utilisée tout au long de la vie professionnelle.

## **3. Les conférences métiers ... à la carte ! Les métiers de la fonction d'état**

### **Objectifs généraux :**

Apprendre sur les parcours, les métiers et les entreprises grâce à un cadre propice aux questions/ réponses.

Comprendre les métiers pour définir un projet professionnel

## **4. Les conférences métiers ... à la carte ! Les métiers de la filière AES**

### **Objectifs généraux :**

Apprendre sur les parcours, les métiers et les entreprises grâce à un cadre propice aux questions/ réponses.

Comprendre les métiers pour définir un projet professionnel

## **5. Développer un mental gagnant**

### **Objectifs généraux :**

Gagner en confiance et en performance

Maîtriser son stress

Optimiser sa gestion du temps

Gérer ses émotions et les conflits

## **6. Identifier ses motivations avec l'atelier Carotte**

### **1. Objectifs généraux :**

Se fixer des objectifs

Gérer son comportement

Définir un projet réaliste en lien avec ce qui nous plaît vraiment

Identifier les fondements de notre motivation : domaines où le sentiment d'auto-efficacité est le plus fort

---

## Heures d'enseignement

TD Travaux Dirigés 18h

---

## Pré-requis obligatoires

Aucun

---

## Plan du cours

1. S'organiser, prioriser, planifier
2. Réaliser un moodboard de son projet professionnel
3. Les conférences métiers ... à la carte ! Les métiers de la fonction d'état
4. Les conférences métiers ... à la carte ! Les métiers de la filière AES
5. Développer un mental gagnant
6. Identifier ses motivations avec l'atelier Carotte

### Modalité d'évaluation :

À l'issue de l'ensemble des séances, un rendu global des apprentissages sera demandé. Sous la forme d'une capsule vidéo individuelle de quelques minutes, les étudiants devront mettre en avant les connaissances et compétences acquises au cours des différentes séances. Le contenu précis ainsi que les modalités d'évaluation seront communiqués aux étudiants lors de la première séance. Des informations complémentaires seront fournies ultérieurement au cours du processus BOX Pro.

---

## Bibliographie

Non défini à l'avance

**Libellé court :** ATEL101\_AES

**Nature :** MODL

## Infos pratiques

---

### Lieux

› Chambéry (domaine universitaire de Jacob-Bellecombette - 73)