

- 🎯 Bilan de compétences
- 🎯 Préparation aux entretiens et aux processus de recrutement (internes & externes)
- 🎯 Prise de parole en public
- 🎯 Gestion du stress
- 🎯 Equilibre vie pro / vie perso
- 🎯 Affirmation de soi

Accompagnements
100% finançables
par le CPF et les
OPCO

Construis la carrière
qui te ressemble

📞 06 65 66 82 44

✉ contact@makethejump.fr



Coaching
de transition
professionnelle

QUI JE SUIS

Make the
JUMP

QUI JE VEUX DEVENIR

Make the Jump s'appuie sur la **pratique du coaching et de la psychologie positive** ainsi que sur une **expertise RH**, pour permettre à vos collaborateurs de mettre en oeuvre le projet professionnel qui leur tient à coeur.

Le coaching est un **accompagnement individuel** dont le but n'est pas d'aller chercher la cause du problème, le "pourquoi" (même si cela n'empêche pas de l'évoquer), mais de trouver le "**comment**" **avancer**, progresser, tourner la page, évoluer, changer... Le coach aide à trouver en soi les réponses aux questions, les solutions aux problèmes rencontrés.

Make The Jump accompagne vos collaborateurs dans plusieurs domaines :

- Bilans de compétences
- Préparation aux entretiens & processus de recrutement
- Prise de parole en public
- Gestion du stress
- Equilibre vie pro / vie perso
- Affirmation de soi / estime de soi / confiance en soi

Les accompagnements sont **totalemtent personnalisés** et le processus sera adapté en fonction de vos besoins et de ceux de vos collaborateurs.

Emilie Tignerès
Fondatrice Make The Jump



OUTILS

- Des séances d'accompagnement individuel.
- Des techniques de coaching, de psychologie positive et "d'empowerment".
- Des techniques de coaching et de PNL (Programmation Neuro-linguistique).
- Des tests de personnalité et de motivations.
- Des exercices de développement personnel.
- Un book avec des fiches outils.
- Des travaux pratiques à faire entre les séances.
- Une disponibilité par sms, mail ou téléphone entre les séances.
- Des expérimentations, mises en actions.



RÉSULTATS

- Votre collaborateur(trice) connaît ses besoins professionnels.
- Il / elle atteint son objectif.
- Il / elle se connaît.
- Il / elle comprend ses émotions.
- Il / elle a confiance en lui.
- Il / elle est fier(e) de son projet professionnel.
- Il / elle peut transférer ses apprentissages à d'autres domaines.