

Méthode l'ohérence®

JEUNES

BILAN D'ORIENTATION CLARO!

Tu es perdu(e) dans ton orientation scolaire.

Tu as peur de faire un mauvais choix.

Tu ne sais pas quelles spécialités choisir.

Tu ne sais pas quelle filière d'études supérieures choisir.

Tu ne sais pas quel métier pourrait te correspondre.

Tu as un projet précis mais tu te poses quand même des questions.

Tu as besoin d'être éclairé et accompagné dans tes choix.

Tu as besoin d'être accompagné sur Parcoursup.

Tu envisages de te réorienter dans tes études.

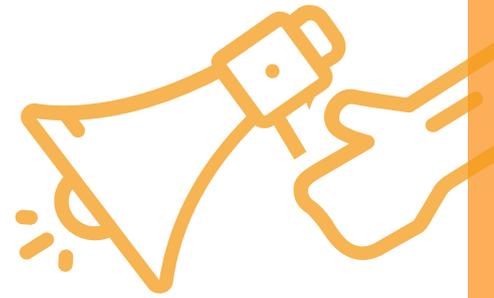
Ce bilan est fait pour toi !

MO!

Méthode l'ohérence



Quelques infos :



QU'EST CE QU'UN BILAN D'ORIENTATION SCOLAIRE ?

Le Coaching d'Orientation est une démarche essentielle pour découvrir, comprendre et façonner votre chemin vers un avenir épanouissant.

Pour qui ?

- Adolescents et jeunes adultes (13/25 ans)
- Scolarisés dans l'enseignement secondaire ou supérieur
- Jeunes ayant interrompu leurs études et souhaitant reprendre ou se réorienter vers une voie professionnelle.

Quand ? Un coaching d'orientation peut être entrepris à tout moment de l'année. Il vise à identifier les parcours scolaires ou professionnels qui correspondent le mieux à vous, en prenant en compte vos centres d'intérêts, vos motivations, vos ambitions personnelles et votre parcours éducatif ou professionnel existant.

LE COACHING POUR LES ADOS

Le Coach joue un rôle essentiel en offrant un accompagnement global aux jeunes sur diverses dimensions telles que la confiance en soi, la gestion du stress, la préparation aux oraux, la motivation, et l'organisation. De plus, il favorise une communication améliorée entre l'adolescent et ses parents.

Le processus du coaching représente une méthode permettant de renforcer la connaissance de soi, d'explorer des solutions, et de fixer des objectifs en harmonie avec sa propre personnalité. Il s'agit d'un soutien particulièrement efficace à court terme qui stimule l'autonomie de l'adolescent.

POURQUOI AVOIR CRÉÉ CES FORMULES D'ACCOMPAGNEMENT ?

Nous avons créé ces formules d'accompagnement pour répondre à un besoin crucial : il n'y a actuellement aucun Bilan d'Orientation COMPLET destiné spécifiquement aux jeunes.

Cependant, il est tout aussi indispensable pour eux d'apprendre à se connaître et à s'orienter professionnellement. C'est aussi une aide précieuse pour les étudiants en réorientation.

Le bilan d'orientation pour les jeunes a pour objectif de les aider de différentes manières :

- Leur permettre de mieux se connaître en explorant leur identité et ce qui les rend heureux. Cela implique une introspection approfondie et la découverte de leurs préférences liées au monde du travail.
- Les accompagner dans leur recherche d'une voie professionnelle ou d'un projet épanouissant, en explorant divers métiers, secteurs et domaines.
- Méthode Cohérence Jeunes combine des outils professionnels et des approches de développement personnel, adapté aux jeunes.

NOTRE EXPERTISE

Notre expertise en tant que coachs certifiés et spécialisés dans la reconversion professionnelle, enrichie par des approches telles que la PNL, l'hypnothérapie, la psychologie positive, le coaching d'équipes et le coaching mental, nous permet de proposer un accompagnement sur-mesure, adapté aux besoins et objectifs de chaque jeune.

Tout au long du bilan d'orientation, notre objectif est de guider les jeunes dans l'identification de leurs options professionnelles en fonction de leurs aspirations, de leur potentiel et de leurs ambitions.

Le bilan d'orientation et de réorientation pour les jeunes est une démarche qui combine exploration des choix professionnels et réflexion personnelle. Il permet de clarifier leurs aspirations, d'identifier leurs forces et de se projeter dans un parcours adapté à leurs envies et besoins. Qu'il s'agisse de confirmer une orientation ou de se réorienter vers une nouvelle voie, nous les aidons à mieux se connaître, à développer leur confiance en soi, et surtout à devenir acteurs de leur orientation. Grâce à cet accompagnement, ils disposent des clés pour construire un avenir en accord avec leurs valeurs, leurs ambitions et leurs choix personnels.



Qui suis-je?

Je m'appelle Caroline HERVE.

Je suis MasterCoach Certifiée ICF en Orientation Scolaire et en Reconversion Professionnelle.
Fondatrice de Méthode Cohérence Jeunes.

J'ai créé Méthode Cohérence Jeunes en réponse aux nombreux constats et aux questions fréquentes des jeunes et de leurs parents, souvent confrontés à des interrogations sur l'orientation ou la réorientation, sans toujours trouver les réponses adaptées à leurs besoins.

Une équipe à vos côtés pour construire l'avenir des jeunes

Nous sommes une équipe de dix coachs certifiés et passionnés, formés à la Méthode Cohérence Jeunes et spécialisés dans l'accompagnement des adolescents, des étudiants et des adultes en reconversion professionnelle. Répartis sur la France et le Danemark, nous sommes également experts dans la réorientation des étudiants.

Grâce à nos compétences en Coaching, PNL, Hypnose, Préparation mentale et orientation (COSI), nous offrons un accompagnement sur mesure, bienveillant et efficace, pour répondre aux besoins spécifiques de chacun.

Notre mission : révéler les talents, renforcer la confiance en soi et construire des projets d'avenir alignés avec les aspirations personnelles des jeunes. Chaque membre de notre équipe s'engage à mettre son expertise et son écoute au service des jeunes en quête de sens et d'un Cap à suivre.

Avec MCJ, vous bénéficiez d'une approche collaborative et multidisciplinaire pour transformer vos ambitions en réalité.



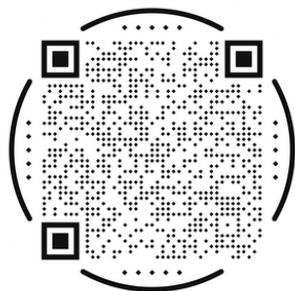
Notre mission de cœur est d'accompagner les élèves et les étudiants à construire un projet d'orientation en harmonie avec leurs ambitions et leur identité. Nous les aidons à retrouver confiance, à clarifier leurs choix et à explorer des perspectives qui les motivent à s'investir pleinement.

Notre engagement : leur permettre de donner du sens à leurs études, de dépasser les obstacles et de devenir acteurs de leur parcours, prêts à avancer avec assurance vers un avenir qui leur ressemble.

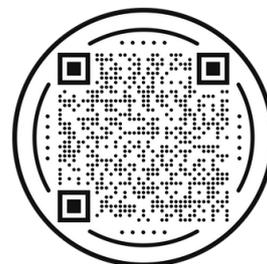
Ensemble nous levons les peurs et les jeunes prennent confiance dans leur avenir !

POUR NOUS CONTACTER

POUR EN SAVOIR +



Je prends un rendez-vous d'information



FORMULE CONVERSION

3 rendez-vous



390€

Cette formule convient parfaitement aux jeunes qui souhaitent valider rapidement une orientation, que ce soit pour confirmer ou réajuster leurs choix, particulièrement lorsque les délais sont serrés ou que la décision est imminente.

Ce bilan offre une vue d'ensemble sur leur personnalité, leur permettant de mieux se connaître afin de faire des choix d'orientation plus éclairés !



Découverte de ta personnalité

Vous approfondissez votre connaissance de vous-même en identifiant vos forces, vos valeurs, vos besoins et votre fonctionnement. Cette étape vous aide à comprendre ce qui vous motive et à renforcer votre confiance en vous.



Exploration des secteurs professionnels

Vous explorez les secteurs professionnels en lien avec vos talents, vos intérêts et vos aspirations. Cela vous permet de cibler des environnements de travail alignés avec qui vous êtes et ce que vous souhaitez accomplir.



Orientation vers les formations adaptées

Vous découvrez les différents types d'enseignements, de formations et de parcours possibles. Vous apprenez à construire un projet d'orientation cohérent en tenant compte de vos critères et des opportunités existantes.

Plan d'action : Vous élaborez un plan d'action concret pour continuer à avancer sur votre chemin d'orientation. Cela inclut des étapes précises pour explorer, expérimenter et valider vos choix.

* Une à deux séances supplémentaires peuvent être nécessaires en fonction de la maturation du projet



Durée des séances de coaching individuelles et personnalisées : 3h

Durée approximative des exercices à réaliser entre les séances : 2h

Résultats : Le jeune développe des compétences essentielles pour devenir acteur de son orientation : comprendre comment un parcours se construit, où trouver les ressources nécessaires, et comment prendre les décisions adaptées à ses objectifs.

Outils : Bilan exploratoire fondé sur 3 piliers :

- Entretiens approfondis avec votre coach
- Questionnaires et tests de personnalité
- Supports d'auto-investigation

La démarche de questionnement ouvert / approche de coaching, permet de pousser la réflexion des Jeunes, sans les influencer.

FORMULE ECLOSION

6 rendez-vous



690€

Ce coaching d'orientation offre aux jeunes un accompagnement personnalisé pour identifier la meilleure voie pour leurs études, tout en les impliquant activement dans le processus de décision. Il leur permet de devenir acteurs de leur orientation en développant leur capacité à réfléchir de manière autonome, à poser les bonnes questions et à clarifier leurs idées. Grâce à une meilleure compréhension de leur personnalité, de leurs aspirations et de leurs besoins, ils acquièrent les outils nécessaires pour faire des choix éclairés et adaptés à leur profil. Ce coaching ne se limite pas à trouver une simple réponse, il apprend aux jeunes à explorer leurs options, à se projeter dans l'avenir, et à construire un parcours cohérent et motivant. C'est un véritable tremplin pour leur donner confiance en eux, renforcer leur autonomie et les guider vers un projet d'études aligné avec leurs valeurs, leurs talents et leurs ambitions.

Durée des séances de coaching individuelles et personnalisées : 6h30

Durée approximative des exercices à réaliser entre les séances : 2h

Résultats : Acquérir une meilleure connaissance de soi, identifier un environnement de travail idéal, explorer des secteurs d'activités et des métiers attrayants, et choisir des études alignées avec son projet personnel. Cette démarche renforce la confiance en soi en mettant en lumière les forces et les valeurs. Le jeune devient acteur de son orientation et acquiert des compétences à s'orienter.

Outils : Grâce à des outils psychométriques tels que le Profil Nova et d'autres tests adaptés, le jeune peut mieux comprendre ses talents et le fonctionnement de sa personnalité, ce qui renforce sa confiance en lui. Les questionnaires d'auto-investigation encouragent son engagement actif dans son orientation.

La démarche de questionnement ouvert / approche de coaching, permet de pousser la réflexion du Jeune, sans l'influencer.



1 Explore ta personnalité, tes besoins personnels et ton fonctionnement

Découvre ce qui te rend unique, identifie tes forces et comprends ce qui te motive au quotidien.

2 Renforce ta confiance en soi, découvre tes besoins professionnels

Identifie ce qui te valorise, clarifie tes aspirations et définis les conditions idéales pour t'épanouir dans ton futur métier.

3 Identifie tes moteurs et le projet d'orientation qui te ressemble

Explore ce qui te motive profondément, relie tes passions à des métiers concrets, et définis un projet aligné avec ta personnalité et tes aspirations.

4 Cap sur les métiers ! Explorations et rencontres

Découvre les secteurs professionnels qui t'attirent, explore les métiers qui te passionnent, et enrichis ton projet grâce à des rencontres inspirantes et des enquêtes métiers.

5 Avance et concrétise... Précise ton parcours de formation

Définis les critères de ta formation idéale, identifie les parcours adaptés à tes objectifs et commence à structurer ton projet pour construire un avenir qui te correspond.

6 Passe de ton projet à la réalité. Passe à l'action !

Élabore un plan concret pour atteindre tes objectifs, mets en place les démarches nécessaires et engage-toi pleinement pour transformer ton projet en une réalité tangible et motivante.

À l'issue de ce parcours d'orientation :

Tu identifies tes atouts et anticipes les obstacles pour mieux les surmonter.

Tu apprends à te projeter dans l'avenir et à comprendre les implications concrètes de tes choix.

Tu fixes tes objectifs et établis un plan d'actions clair pour avancer sur ta route.

Compris dans les deux formules

- La plateforme MC Jeunes (Questionnaires, articles, ressources numériques, vidéos, informations sur le développement personnel, tests, kits pédagogiques, guides d'orientations, fiches métiers...)
- Remise des comptes-rendus de séances et des documents utilisés pendant le parcours d'orientation
- Envoi d'un *dossier de synthèse de Bilan d'orientation établi avec le jeune, afin de répondre à ces questions fondamentales :

*Le contenu de la synthèse sera différent, en fonction de la formule choisit

Comment fonctionne-t-il dans son apprentissage ? Quel est son profil cognitif ?

Qu'est-ce qui le pousse à agir ? Quelles sont ses motivations ?

Qu'aime-t-il faire ? Quels sont ses intérêts professionnels ?

Quelles sont ses voies d'orientation de prédilection ?

Quel est son environnement de travail idéal ?

Quel est le projet d'orientation qui lui ressemble ?

Quels sont ses objectifs ? (plan d'action complet)

Quelles sont les premières étapes à mettre en oeuvre pour commencer son projet ?

Séances extra

Nous vous proposons une séance (optionnelle) pour la restitution du Bilan d'Orientation et un coaching parents/ados.

Cet échange se fait en visio ou en présentiel, avec le Jeune et ses parents.

Séance de 1h30 à 2h00 à 115 euros

⚠ Le contenu du programme est modulable et peut être révisé par le coach à tout moment afin d'adapter le contenu à la problématique du Jeune.

Pour répondre à vos questions

Comment se passe le premier RDV ?

Un appel découverte de 10mn, avec les parents, est recommandé avant de démarrer le programme, afin que le coach comprenne vos attentes.

Séance de 30 mn Tripartite

Séance tripartite de 30 minutes avec le jeune et ses parents. Cette rencontre permet de comprendre les besoins spécifiques du jeune, de clarifier le rôle de chacun dans l'accompagnement, et de favoriser son adhésion et son engagement. Elle offre également l'opportunité de vérifier si le programme répond aux attentes et objectifs du jeune et de sa famille.

Les tests psychométriques utilisés

Les tests psychométriques utilisés reposent sur des théories reconnues en neurosciences et en psychologie du travail, développées par des experts internationaux. Voici un aperçu des outils utilisés :

- Questionnaire des intelligences multiples : Il dresse un profil cognitif détaillé, mettant en lumière les points forts et les axes d'amélioration.
- Big Five : Universel et interculturel, ce questionnaire explore les cinq dimensions fondamentales de la personnalité.
- Questionnaire Orientation : Il évalue les intérêts professionnels et les motivations pour guider les choix d'orientation.
- Profil Nova : Cet outil canadien appréhende la personnalité dans toutes ses dimensions pour une vision globale et approfondie.

Comment se passent les séances ?

Les séances sont réalisées à distance - en ZOOM ou bien en présentiel.

Les séances nécessitent un temps de travail à réaliser en autonomie, elles sont espacées de une à deux semaines.

Des fiches pratiques sont à découvrir et des questionnaires sont à compléter entre les séances. Chaque séance dure environ 1h00.

Est-il nécessaire de suivre toutes les séances ?

OUI : Le programme est construit de façon évolutive. Chaque séance aborde une nouvelle thématique.

Il est important, afin d'évoluer rapidement et de façon régulière, de bien être présent à chaque séance mais aussi de réaliser les quiz proposés sur la plateforme MC Jeunes, entre chaque séance.

Ainsi, avec implication et assiduité, le Jeune atteindra en seulement 3 ou 6 séances, de beaux résultats !

Les parents sont-ils présents en séance ?

Afin que le Jeune soit entièrement acteur de son avenir, de ses choix et soit plus à l'aise pour s'exprimer, les parents ne sont pas présents lors des rendez-vous, hormis le tout premier échange en séance Tripartite.

Quel est le résultat de cet accompagnement ?

Avoir un projet défini, un choix d'orientation à la clé (métier et formation - plusieurs projets), une meilleure connaissance de soi et de son environnement de travail idéal.

Mais aussi (pour la formule ÉCLOSION) : connaître et s'approprier une méthode et des outils réutilisables à vie, en autonomie, pour continuer à apprendre à se connaître tout au long de sa vie, découvrir les métiers de demain pour s'adapter aux changements, un plan d'actions clair pour savoir quoi faire après le bilan d'orientation sur les prochains mois et comment réutiliser les outils.

Méthode Cohérence Jeunes propose également des séances personnalisées et individuelles avec votre enfant / adolescent

- Séance d'accompagnement personnalisé de 1h00 à 1h30 à 80 euros la séance
- Tests de personnalité seuls : 75 euros à réaliser dès la première séance.
- Séance Tests de personnalité de Central Tests + Débriefing - séance de 2h00 à 170 euros.
- Séance Test Nova et débriefing - séance de 2h00 à 220 euros.
- Formule accompagnement Parcoursup - 790 euros.

Méthode Cohérence®

JEUNES

BILAN D'ORIENTATION CLARO!

MC!
Méthode Cohérence



POUR NOUS CONTACTER

POUR EN SAVOIR +

Je prends un rendez-vous
d'information



MÉTHODE COHÉRENCE JEUNES
www.methode-coherence.com