



# WORKBOOK JOUR 3

Trouver la formation qui te correspond 



## Objectif

Faire un choix de formation réfléchi et cohérent avec ton projet.

## Ce que tu aimes / ce que tu veux

Ce que j'aime faire :

Ce que je veux apprendre :

Ce que je veux éviter :

## Est-ce que cette formation est faite pour moi ? (Auto-diagnostic)

L'objectif n'est pas de tout savoir tout de suite, mais de vérifier si une formation correspond vraiment à ton profil et à ton projet.

## Le niveau de la formation

- Je me sens à l'aise avec le niveau demandé
- J'ai quelques doutes, mais ça me semble accessible
- Je dois encore clarifier certains prérequis

👉 Ce que je dois vérifier ou approfondir :

## Le rythme alternance / cours

- Le rythme me convient (organisation, charge de travail)
- J'ai besoin de mieux comprendre le planning
- Ce rythme ne me correspond pas vraiment

👉 Ce qui me rassure / ce qui m'inquiète :

## Les débouchés après la formation

- Les métiers proposés me parlent clairement
- Je vois les débouchés, mais j'hésite encore
- Je ne me projette pas encore

👉 Métiers qui m'attirent le plus :

## L'accompagnement proposé par l'école

- Je sais comment je serai suivi pendant la formation
- J'ai compris le principe, mais je veux en savoir plus
- Je ne sais pas encore comment l'accompagnement fonctionne

👉 Questions à poser à l'établissement :

## Mon ressenti global (important)

Après cet auto-diagnostic, je me sens :

- Motivé
- Confiant
- Curieux
- Hésitant

👉 Pourquoi ?

Décide maintenant :

- Cette formation est **prioritaire** pour moi
- Cette formation est à **comparer** avec une autre
- Cette formation ne me correspond finalement pas

## Mes formations possibles

- Formation 1 : \_\_\_\_\_
- Formation 2 : \_\_\_\_\_
- Formation 3 : \_\_\_\_\_

Pourquoi ?

## ✅ Action Mode SUP

👉 Choisis **1** formation prioritaire :

## Conclusion

Félicitations ! Tu viens de terminer le jour 3 et ton projet devient plus clair ! 🚀  
Tu as commencé à faire des choix réfléchis et alignés avec tes objectifs.

Demain, tu découvriras **ce que recherchent vraiment les recruteurs** et comment te présenter efficacement.