



Bilans de compétences - Programmes détaillés

Formule « Confirmer »

Vous avez déjà une idée de projet et souhaitez la valider et la lancer.

Modalités : présentielle, à distance, mixte

Coût : 1 360 €

Durée et organisation : 16 heures, dont 10 heures d'entretiens et 6 heures de tests et recherches guidés/tutorés + accès à une plateforme pédagogique + outil de visioconférence.

Objectifs pédagogiques

- Affiner votre projet, votre intention et votre ambition professionnels et en définir des objectifs réalistes et réalisables ;
- Faire le point sur votre parcours pour identifier les compétences et qualités acquises pour votre projet et celles à acquérir ;
- Dégager vos atouts et motivations, valider votre projet au regard de vos possibles, de vos contraintes et de vos limites ;
- Déterminer les étapes vous permettant de le réaliser et, le cas échéant, les formations, mises à niveau, stages à envisager.

Déroulement

1. **Phase préliminaire** - Gratuit et sans engagement, ce rendez-vous d'environ 1 heure vise à :
 - Échanger sur votre situation professionnelle
 - Identifier vos attentes et motivations
 - Répondre à vos questionnements
 - Présenter le déroulement d'un bilan et les outils proposés

2. **Phase d'investigation** – Elle représente le cœur des analyses et réflexions et permet d'aborder les contenus suivants :
 - Objectifs du Bilan et alliance de travail
 - Trajectoire et vécu professionnel
 - Motivations, moteurs et système de valeurs
 - Atouts pour le projet, freins et solutions, enquêtes terrain
 - Perspectives (formations, stages, réseau marché du travail)
3. **Phase de conclusion** – Elle termine le Bilan et permet de prioriser des choix ainsi et d'échanger sur les objectifs du Bilan :
 - Enjeux de la priorisation et plan d'actions
 - Retour sur les objectifs du Bilan et questionnaire de satisfaction
 - Co-validation et remise de la synthèse
4. **Phase de suivi** – Un rendez-vous d'1 heure permet de refaire le point sur votre situation, vos avancées :
 - Retour sur le projet professionnel et sa mise en œuvre
 - Ajustement du projet et du plan d'actions
 - Conseils, réponse à vos questionnements

Résultats attendus

- Validation ou redéfinition de votre idée de projet
- Réalisation d'un portefeuille de compétences associé à votre projet
- Élaboration d'un plan d'action précis et viable

Outils

Ce Bilan comprend des **outils variés** en vue de s'adapter à vos besoins et à vos objectifs et de mobiliser **différents stimuli** :

- Échanges, analyses, réflexions
- Fiches, schémas, matrices, tableaux, grilles, profils
- Tests psychométriques (intérêts, motivations, valeurs, personnalité...)
- Recherches guidées, mise en relation avec des professionnels
- Des exercices ludiques

Ma valeur ajoutée : la ludopédagogie !

Spécialiste de l'apprentissage, formée aux techniques ludiques et créatives, j'utilise des jeux dans un but de réflexion, d'analyse ou de positionnement. **Car oui, d'une personne à une autre, les manières d'apprendre et de raisonner sont différentes.** Ainsi, je m'adapte à votre personnalité et à votre fonctionnement, diversifie les activités et fais appel à différentes zones de votre cerveau, pour plus d'efficacité et une concentration facilitée.

Toutefois, aucune obligation ! Je propose, vous disposez !

Pour les Bilans à distance et mixte

Afin d'accorder de la souplesse et de m'adapter à votre rythme et vos contraintes, je propose des Bilans tout ou partie à distance. Dans ce cadre, les rendez-vous sont réalisés via une plateforme de visioconférence et vous disposez d'un accès aux outils pédagogiques en ligne.

Points forts

- Une consultante Psychologue du travail
- Un seul référent pour l'administratif et le Bilan
- Des outils variés pour mobiliser différents stimuli, dont la ludopédagogie (activités ludiques) pour plus d'efficacité et une concentration facilitée



Formule « Explorer »

Vous vous demandez où vous allez et souhaitez envisager plusieurs pistes ?

Modalités : présentielle, à distance, mixte

Coût : 1 900 €

Durée et organisation : 24 heures, dont 14 heures d'entretiens et 10 heures de tests et recherches guidés/tutorés + accès à une plateforme pédagogique + outil de visioconférence.

Objectifs pédagogiques

- Définir un ou des projets professionnels hiérarchisés en s'appuyant sur une démarche d'orientation professionnelle volontaire ;
- Repérer les talents et compétences existantes et nécessaires et réaliser votre portefeuille de compétences ;
- Rendre votre projet réalisable en définissant une voie qui correspond à vos capacités et aptitudes, valeurs, aspirations et personnalité ;
- Faire un compromis entre vos souhaits et potentiels et les possibilités du marché du travail et de la formation ;
- (Re)Prendre confiance en soi et (re)trouver la motivation pour passer à l'action.

Déroulement

1. **Phase préliminaire** - Gratuit et sans engagement, ce rendez-vous d'environ 1 heure vise à :
 - Échanger sur votre situation professionnelle
 - Identifier vos attentes et motivations
 - Répondre à vos questionnements
 - Présenter le déroulement d'un bilan et les outils proposés

2. **Phase d'investigation** – Elle représente le cœur des analyses et réflexions et permet d'aborder les contenus suivants :
 - Objectifs du Bilan et alliance de travail
 - Trajectoire et vécu professionnel, quotidien de travail
 - Sphère de vie, injonctions, image de soi
 - Qualités et défauts, motivations, moteurs et système de valeurs
 - Domaines / métiers / centres d'intérêts
 - Portefeuille de compétences transférable à un nouveau métier
 - Atouts pour le projet, freins et solutions, enquêtes terrain
 - Perspectives (formations, stages, réseau marché du travail)
3. **Phase de conclusion** – Elle termine le Bilan et est l'occasion de faire et prioriser des choix et d'échanger sur les objectifs du Bilan :
 - Enjeux de la priorisation et plan d'actions
 - Retour sur les objectifs du Bilan et questionnaire de satisfaction
 - Co-validation et remise de la synthèse
4. **Phase de suivi** – Un rendez-vous d'1 heure permet de refaire le point sur votre situation, vos avancées :
 - Retour sur le projet professionnel et sa mise en œuvre
 - Ajustement du projet et du plan d'actions
 - Conseils, réponse à vos questionnements

Résultats attendus

- Validation d'une ou plusieurs pistes professionnelles
- Réalisation d'un portefeuille de compétences complet
- Élaboration d'un plan d'action précis et viable

Outils

Ce Bilan comprend des **outils variés** en vue de s'adapter à vos besoins et à vos objectifs et de mobiliser **différents stimuli** :

- Échanges, analyses, réflexions
- Fiches, schémas, matrices, tableaux, grilles, profils
- Tests psychométriques (intérêts, motivations, valeurs, personnalité...)
- Recherches guidées, mise en relation avec des professionnels
- Des exercices ludiques

Ma valeur ajoutée : la ludopédagogie !

Spécialiste de l'apprentissage, formée aux techniques ludiques et créatives, j'utilise des jeux dans un but de réflexion, d'analyse ou de positionnement. **Car oui, d'une personne à une autre, les manières d'apprendre et de raisonner sont différentes.** Ainsi, je m'adapte à votre personnalité et à votre fonctionnement, diversifie les activités et fais appel à différentes zones de votre cerveau, pour plus d'efficacité et une concentration facilitée.

Toutefois, aucune obligation ! Je propose, vous disposez !

Pour les Bilans à distance et mixte

Afin d'accorder de la souplesse et de m'adapter à votre rythme et vos contraintes, je propose des Bilans tout ou partie à distance. Dans ce cadre, les rendez-vous sont réalisés via une plateforme de visioconférence et vous disposez d'un accès aux outils pédagogiques en ligne.



**Bilans de compétences – Bilans d'orientation – Coaching - Formation
Validation des acquis de l'expérience – Écriture créative – Écrivain public**

Formule « Optimiser »

Vous avez besoin d'un accompagnement renforcé et souhaitez privilégier l'analyse et la réflexion ?

Modalités : présentielle, à distance, mixte

Coût : 2 720 €

Durée et organisation : 24 heures, dont 20 heures d'entretiens et 4 heures de tests et recherches guidés/tutorés + accès à une plateforme pédagogique + outil de visioconférence.

Objectifs pédagogiques

- Réaliser une photographie au temps T de votre parcours, attentes, motivations, centres d'intérêt et appétences ;
- Extraire de votre trajectoire professionnelle et personnelle les compétences et qualités acquises en détachant celles transférables, et les mettre en valeur via un portefeuille de compétences ;
- Explorer les impacts familiaux, d'image de soi, de personnalité et de fonctionnement, trouver les clés et développer une démarche pour renforcer vos atouts et réduire vos limites ;
- Dégager vos moteurs, votre système de valeurs et les conditions d'exercice acceptables et celles négociables pour un futur emploi ;
- Déterminer une ou plusieurs pistes professionnelles et les prioriser au regard des éléments dégagés dans le cadre du Bilan ;
- Développer un plan d'actions pour atteindre vos objectifs professionnels, en fonction des pistes retenues, à court, moyen et long terme ;
- Vous affirmer et améliorer votre confiance en soi en prenant conscience de vos capacités et de votre valeur sur le marché du travail.

Déroulement

1. **Phase préliminaire** - Gratuit et sans engagement, ce rendez-vous d'environ 1 heure vise à :
 - Échanger sur votre situation professionnelle
 - Identifier vos attentes et motivations
 - Répondre à vos questionnements
 - Présenter le déroulement d'un bilan et les outils proposés
2. **Phase d'investigation** – Elle représente le cœur des analyses et réflexions et permet d'aborder les contenus suivants :
 - Objectifs du Bilan et alliance de travail
 - Trajectoire et vécu professionnel, quotidien de travail
 - Positionnement, profil motivationnel, appétences
 - Enquête 360 pour connaître le regard de collègues et de proches
 - Référentiels, aspects décisionnels, adaptation au changement
 - Sphère de vie, injonctions, image de soi
 - Qualités et défauts, motivations, moteurs et système de valeurs
 - Domaines, métiers, centres d'intérêts
 - Portefeuille de compétences transférable à un nouveau métier
 - Atouts pour le projet, freins et solutions, enquêtes terrain
 - Compatibilité des pistes avec les critères d'épanouissement
 - Perspectives (formations, stages, réseau marché du travail)
3. **Phase de conclusion** – Elle termine le Bilan et permet de prioriser des choix et d'échanger sur les objectifs du Bilan :
 - Enjeux de la priorisation et plan d'actions
 - Retour sur les objectifs du Bilan et questionnaire de satisfaction
 - Co-validation et remise de la synthèse

4. **Phase de suivi** – Un rendez-vous d'1 heure permet de refaire le point sur votre situation, vos avancées :

- Retour sur le projet professionnel et sa mise en œuvre
- Ajustement du projet et du plan d'actions
- Conseils, réponse à vos questionnements

Résultats attendus

- Validation d'une ou plusieurs pistes professionnelles
- Réalisation d'un portefeuille de compétences complet
- Élaboration d'un plan d'action précis et viable

Outils

Ce Bilan comprend des **outils variés** en vue de s'adapter à vos besoins et à vos objectifs et de mobiliser **différents stimuli** :

- Échanges, analyses, réflexions
- Fiches, schémas, matrices, tableaux, grilles, profils
- Tests psychométriques (intérêts, motivations, valeurs, personnalité...)
- Recherches guidées, mise en relation avec des professionnels
- Des exercices ludiques

Ma valeur ajoutée : la ludopédagogie !

Spécialiste de l'apprentissage, formée aux techniques ludiques et créatives, j'utilise des jeux dans un but de réflexion, d'analyse ou de positionnement. **Car oui, d'une personne à une autre, les manières d'apprendre et de raisonner sont différentes.** Ainsi, je m'adapte à votre personnalité et à votre fonctionnement, diversifie les activités et fais appel à différentes zones de votre cerveau, pour plus d'efficacité et une concentration facilitée.

Toutefois, aucune obligation ! Je propose, vous disposez !



**Bilans de compétences – Bilans d'orientation – Coaching - Formation
Validation des acquis de l'expérience – Écriture créative – Écrivain public**

Pour les Bilans à distance et mixte

Afin d'accorder de la souplesse et de m'adapter à votre rythme et vos contraintes, je propose des Bilans tout ou partie à distance. Dans ce cadre, les rendez-vous sont réalisés via une plateforme de visioconférence et vous disposez d'un accès aux outils pédagogiques en ligne.