

## Bilans de compétences - Programmes détaillés

### Formule « Confirmer » (CPF, autofinancement, AIF)

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

Modalités : présentielle (mixte si déplacements complexes)

Coût : 1 600 € (1 500 € si financement France Travail via AIF)

Durée et organisation : 24 heures, dont 14 heures de séances réflexives et 10 heures de tests et recherches guidés/tutorés.

#### 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 » (CPF, autofinancement, ANFH)

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

Modalités : présentielle (mixte si déplacements complexes)

Coût : 1 900 € (1 800 € si financement ANFH)

Durée et organisation : 24 heures, dont 17 heures de séances réflexives et 7 heures de tests et recherches guidés/tutorés.

### 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.

## Formule « Optimiser » (Entreprises)

**Vous avez besoin de réaliser un bilan de carrière dans le cadre du plan de développement des compétences, d'un congé de bilan de compétences ou d'un C2P (compte professionnel de prévention) ?**

Modalités : présentielle (mixte si déplacements complexes)

Coût : 2 700 €

Durée et organisation : 24 heures, dont 20 heures d'entretiens et 4 heures de tests et recherches guidés/tutorés.

### 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 !

### **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.