

## Programme Bilan de compétences

*Le bilan de compétences se déroule au fil d'entretiens et d'un travail personnel à effectuer entre chaque séance afin de prendre conscience de vos qualités, de vos capacités, de vos motivations pour définir au mieux votre projet professionnel.*

**Durée :** 18h, 12 séances de 1h30 réparties sur 6 à 12 semaines

### Profils des apprenants

Toute personne active, quels que soient son âge, sa nationalité, son statut et son niveau de formation :

- Salariés
- Travailleurs non salariés
- Demandeurs d'emploi
- Agents de la fonction publique
- Bénévoles

**Prérequis :** Aucun prérequis spécifique. La motivation à s'engager dans une démarche de réflexion sur son projet professionnel est nécessaire.

### Accessibilité et délais d'accès

- **Délai d'accès moyen :** 2 à 4 semaines après la demande.
- Possibilité d'**adaptation** du programme en fonction des disponibilités du bénéficiaire : présentiel ou distanciel.



La formation est ouverte à tout public. En cas de besoins spécifiques – veuillez contacter Delphine SOKOWICZ à l'adresse @ suivante : [delphine.sokowicz@montherapsy.com](mailto:delphine.sokowicz@montherapsy.com) afin que nous puissions envisager toutes les possibilités et moyens permettant d'adapter au mieux le bilan.

### Objectifs pédagogiques

- Clarifier son projet professionnel
- Identifier ses compétences et ses lacunes
- Favoriser la mobilité professionnelle
- Elaborer un plan d'action personnalisé
- Prendre des orientations professionnelles éclairées
- Optimiser sa gestion de carrière

## Déroulé de l'accompagnement

### PHASE PRELIMINAIRE – 1H30

**Séance 1** – 1H30 : Découverte du candidat, de ses aspirations et de ses besoins

### PHASE D'INVESTIGATION – 12H

**Séance 2** – 1h30 : Exploration de l'histoire de vie, motivations et valeurs

- Exploration de la vie passée et actuelle
- Identification des facteurs influant les choix professionnels : motivations et valeurs

**Séance 3** – 1h30 : Inventaire des Expériences Professionnelles

- Analyse détaillée des expériences professionnelles

**Séance 4** – 1h30 : Évaluation des compétences

- Évaluation et mise en valeur des compétences

**Séance 5** – 1h30 : Compétences transférables, forces et lacunes

- Identification des compétences transférables,
- Identification des forces
- Identification des compétences à développer

**Séance 6** – 1h30 : Identification des intérêts

- Exploration des intérêts professionnels et personnels

**Séance 7** – 1h30 : Exploration des secteurs d'activité et des métiers

- Analyse des secteurs d'activité pour identifier les opportunités professionnelles

**Séance 8** – 1h30 : Analyse approfondie des compétences requises

- Identification des compétences nécessaires aux projets professionnels
- Élaboration d'un plan de développement personnalisé

**Séance 9** – 1h30 : Réflexion sur la faisabilité du ou des projets

- Analyse des opportunités d'emploi locales
- Établissement de contacts avec les employeurs

### PHASE DE CONCLUSION – 4H30

**Séance 10** – 1h30 : Synthèse des informations et définition des 2 projets

- Définition des 2 projets professionnels
- Définition des étapes claires des projets

**Séance 11** – 1h30 : Élaboration du plan d'action

- Définition des objectifs selon les projets à court, moyen et long terme
- Élaboration d'un Plan d'Action Détaillé

**Séance 12** – 1h30 : Bilan Final, évaluation et restitution de la Synthèse

- Restitution de la Synthèse

## Organisation de la formation

### Équipe pédagogique

L'accompagnement du bilan de compétences est assuré par une psychologue du travail.

### Méthodes pédagogiques

- Information : Guide du bilan de compétences
- Ressources bibliographiques
- Entretiens individuels avec un consultant spécialisé en bilan de compétences.
- Outils d'évaluation des compétences, des intérêts professionnels et des valeurs,
- Exercices et activités de réflexion personnelle et tests.
- Analyse du parcours professionnel et personnel.
- Exploration des motivations et des intérêts professionnels.
- Accompagnement dans l'élaboration d'un projet professionnel et d'un plan d'action.

### Modalités d'évaluation :


- Évaluation continue tout au long du parcours via des échanges réguliers.
- Feedback sur les exercices et tests psychométriques.
- Évaluation finale lors de la remise du document de synthèse, incluant les perspectives professionnelles et le plan d'action.


### Suivi post-formation :

- Suivi à 3 mois pour accompagner le bénéficiaire dans la mise en œuvre de son projet.

**Prix** : 2000 euros

**Nous contacter :**

 06.48.48.57.17

 [delphine.sokowicz@montherapsy.com](mailto:delphine.sokowicz@montherapsy.com)