



## BILAN DE COMPÉTENCES

*Le bilan de compétences permet de faire le point sur son parcours, sa personnalité, ses atouts et ses intérêts, dans l'objectif de faire émerger un projet professionnel motivant et réaliste, qui concilie ce que l'on est, ses compétences, ce que l'on veut faire, et les exigences du marché du travail.*

**Durée :** 24.00 heures (12h d'entretiens en visio-conférence + 12h de travail personnel)

### Profils des stagiaires

- Tous salariés, cadres, managers, dirigeants, assistantes, collaborateurs, travailleurs indépendants, souhaitant une évolution professionnelle, une reconversion professionnelle ou tout simplement une vie professionnelle 100% alignée avec leurs valeurs.

### Prérequis

- Aucun

### Accessibilité et délais d'accès

Le délai d'accès est d'environ une semaine après la validation du dossier.

Les personnes atteintes de handicap, souhaitant suivre ce bilan de compétences sont invitées à me contacter directement afin d'étudier ensemble la possibilité de suivre ce programme.

**[contact@mariepaulecarbon.com](mailto:contact@mariepaulecarbon.com)**

### Qualité et indicateurs de résultats

Nombre de participants

Taux de satisfaction des participants

Taux et causes des abandons

Taux de retour des enquêtes de satisfaction (EN COURS)

### Objectifs pédagogiques

- Mieux vous connaître, faire le point sur vos qualités, vos valeurs, vos besoins, vos croyances, vos fonctionnements inconscients. Définir qui vous êtes VRAIMENT, et mieux vous positionner dans le monde de l'entreprise
- Obtenir et utiliser les clés pour être acteur de votre carrière.
- Identifier vos centres d'intérêt, compétences, motivations (savoir, savoir-être, savoir-faire, aimer faire)
- Définir et rédiger vos objectifs professionnels (évolution, reconversion, formation) pour une mise en place d'un plan stratégique.



## Contenu du bilan de compétences

### • **Phase préliminaire : 1H**

l'entretien préliminaire vise à confirmer l'engagement du bénéficiaire dans sa démarche.

Cette phase permet, en outre :

- De définir et d'analyser les besoins du bénéficiaire et de confirmer ses motivations. Grille APS
- De présenter le cadre d'intervention (Règles de déontologie et de fonctionnement, outils utilisés...)
- De clarifier les objectifs et/ou du projet professionnel
- De présenter la méthode et des outils utilisés
- De valider la pertinence de la demande et vérifier la pertinence de la démarche au regard des attentes, et de la situation du bénéficiaire.
- De définir un programme et un planning prévisionnel des entretiens 100% personnalisé et sur-mesure qui tient compte des contraintes professionnelles et personnelles
- De valider l'engagement dans la démarche

### • **Une phase d'investigation : 10H**

Une approche à 360° pour découvrir la personne que vous êtes réellement, l'étape indispensable pour définir une carrière qui vous inspire. Cette phase d'investigation est conduite en fonction des objectifs initialement définis.

#### ○ **PROFIL DE PERSONNALITÉ : 5H**

- Définir le profil de votre personnalité : Tests de personnalité
- Reconnaître ses qualités, ses atouts, son potentiel, ses forces et faiblesses
- Identifier les Valeurs, les fonctionnements inconscients qui bloquent l'action
- Désamorcer ses barrières pour se faire confiance dans l'action.

#### ○ **OBTENIR LES CLÉS POUR ÊTRE ACTEUR DE SA CARRIÈRE : 2H**

- Changer son regard sur l'échec : Oser accepter les challenges et les situations difficiles ou inhabituelles.
- Accepter le regard des autres et faire face aux comportements perturbateurs.
- Prendre du recul face aux critiques.
- Dépasser ses freins (apprendre à dire non, changer son mode de comparaison) pour rentrer dans l'action avec dynamisme.
- Savoir rebondir et adopter une communication assertive face au refus.

#### ○ **PARCOURS ET COMPÉTENCES : 1H30**

- Analyser ses compétences, ses centres d'intérêt et ses aspirations. (Qui êtes-vous)
- Identifier et regrouper ses compétences professionnelles, ses savoir-faire et ses aptitudes à la relation aux autres qui seraient transférables dans une autre sphère d'activité. (Compétences et relations aux autres)
- Repérer les éléments de son expérience transférables aux nouvelles situations professionnelles envisagées. (Ce que vous avez déjà fait)



## ○ IDENTIFIER DES PISTES PROFESSIONNELLES ET ETUDIER LA FAISABILITE DU PROJET : 1H30

- Qu'aimez-vous faire : Repérer les métiers correspondant aux souhaits.
- Quels sont les secteurs d'activités que vous préférerez ?
- Quels sont les fonctions que vous aimeriez occuper ?
- Que représente pour vous le travail ?
- Quelles contraintes seriez-vous prêt à accepter ?
- Valider un ou des projets professionnels, élaborer les différentes étapes de son plan d'action
- Initier une démarche proactive
- Prendre la mesure des freins. Mesurer les écarts de compétences à combler et chercher des solutions.
- Envisager un secteur, un métier, une formation. (Enquêtes sur le terrain, recherche documentaire auprès de branches professionnelles, investigations sur des sites spécialisés, etc.).

## ● Une phase de conclusion : 1H

- Élaborer le document de synthèse du bilan de compétences avec la participation du bénéficiaire (Ce document de synthèse est confidentiel et ne pourra être remis à un tiers qu'avec votre autorisation)
- Déterminer les actions à effectuer pour mettre en œuvre votre projet
- Travail de recherche
- Construction et validation du plan d'action
- Conclure le bilan de compétences
- Compléter le questionnaire de satisfaction à chaud

L'organisation du bilan de compétences peut s'adapter en durée et en contenu aux caractéristiques de la personne et aux objectifs du bilan de compétences.

## ● Après le bilan de compétences :

- 6 mois après la fin du bilan de compétences, un rendez-vous est pris pour s'assurer de la mise en œuvre du projet et répondre à toutes les questions du bénéficiaire. Cet entretien de suivi permet :
- D'évaluer l'efficacité du bilan de compétences, faire le point sur la réalisation de son projet professionnel
- D'apprécier l'impact du bilan sur sa carrière, sa formation et les autres effets induits
- De recenser les difficultés de mise en œuvre et définir des actions correctives.

## Organisation du bilan de compétences

### Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil via Skype
- Accès à l'extranet Digiforma
- Documents supports PDF / Audio / Google forms
- Mises en situation / étude de cas concrets
- Mise à disposition en ligne des supports de cours à la suite de la séance.
- Mise à disposition des séances enregistrées pendant 30 jours

# CARBON MariePaule

19 Bois Minard

91780 Chalo Saint Mars

Email: [contact@mariepaulecarbon.com](mailto:contact@mariepaulecarbon.com)

Tel: 0609152882



## Équipe pédagogique

1 Personne : Carbon MariePaule

## Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Entretiens individuels à distance en visio-conférence
- Tests spécialisés issus de la psychologie positive et des neurosciences
- Questionnaire d'introspection pour préparer les entretiens individualisés
- Échanges Questions / Réponses pour débriefer les questionnaires d'introspection ( Google form)
- Quiz d'évaluation des compétences
- Rédaction de la synthèse fin de bilan de compétences
- Attestation de réalisation de fin de bilan de compétences
- Questionnaire de satisfaction permettant d'évaluer les apports du bilan de compétences à chaud et à 6 mois.

## Cadre légal du bilan de compétences

- Marie-Paule CARBON se conforme au cadre légal et aux règles de compétences définies par le Code du Travail.  
Document téléchargeable sur mon site internet.

## Engagement déontologique

En tant que consultante en bilan de compétences, je m'engage à :

- Respecter le cadre légal du bilan de compétences
- Exercer mon activité dans le respect des droits fondamentaux de la personne humaine
- Adopter une posture professionnelle basée sur des valeurs fortes : respect, empathie, confiance, transparence, ...
- Recueillir le consentement du bénéficiaire, volontairement exprimé
- Mettre en oeuvre les moyens nécessaires pour atteindre l'objectif fixé contractuellement avec le bénéficiaire
- Respecter la confidentialité des échanges avec le bénéficiaire
- Remettre, à l'issue du bilan, l'intégralité des résultats au bénéficiaire (il en est le seul propriétaire)
- Charte déontologique à télécharger sur mon site internet

## CARBON MariePaule

19 Bois Minard

91780 Chalo Saint Mars

Email: [contact@mariepaulecarbon.com](mailto:contact@mariepaulecarbon.com)

Tel: 0609152882



### Financement du bilan de compétences

- **Plan de formation de l'entreprise** qui emploie le bénéficiaire de la prestation : le bilan de compétences peut être organisé à la demande de l'employeur, à condition de recueillir l'accord du salarié et les conclusions du Bilan ne sont pas communiquées à l'employeur.
- Mobilisation du **CPF** du bénéficiaire de la prestation
- Enfin, salarié ou demandeur d'emploi, le Bilan de compétences peut être financé par **vos propres moyens**.

**Prix** : 1750.00 €

**Contact** : MariePaule CARBON

[contact@mariepaulecarbon.com](mailto:contact@mariepaulecarbon.com)

<https://mariepaulecarbon.com/>

Tel : 06 09 15 28 82