



## BILAN DE COMPÉTENCES 3-C

### *Compétences, Connaissances, relation de Confiance*

#### CONTEXTE

Le bilan de compétences permet d'analyser ses compétences professionnelles et personnelles, ses aptitudes et ses motivations en appui d'un projet de transition professionnelle et le cas échéant, de formation.

Le bilan de compétences a été défini légalement en 1991 et actualisé par la loi n°2018-771 du 5 septembre 2018 pour la liberté de choisir son avenir professionnel – décret du 28 décembre 2018 n°2018-1330.

Le bilan comprend obligatoirement trois phases décrites dans le déroulé pédagogique.

***Le bilan de compétences se pratique dans le respect du code de déontologie de la profession, garantissant la confidentialité absolue, le respect, la bienveillance... Conformément à la loi qui régit le Bilan de Compétences, l'ensemble des documents relatifs au Bilan de Compétences sera conservé pendant un an après la fin de votre parcours, avec votre accord écrit et détruit par la suite.***

#### OBJECTIF GÉNÉRAL

En vous offrant ce temps de réflexion et d'action, le "Bilan de Compétences 3-C" vous permettra de **repérer, formaliser, et valoriser** les compétences et qualités indispensables pour :

- Mobiliser ses capacités et valeurs pour explorer de nouveaux espaces professionnels
- Définir un nouveau projet professionnel
- Evoluer dans votre environnement de travail
- Valider la faisabilité de votre projet professionnel si déjà défini
- Vous mettre en action et donner un nouvel élan à votre parcours professionnel

Le "Bilan de Compétences 3-C" respecte les 3 phases fixées par le Code du travail phase préliminaire, phase d'investigation, phase de conclusions.

#### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Identifier et valoriser vos compétences et qualités professionnelles et personnelles
- Repérer vos compétences acquises, transférables et celles non mobilisées encore dans votre parcours professionnel
- Affirmer vos motivations et vos centres d'intérêt
- Mieux vous connaître personnellement et professionnellement pour faire face aux challenges professionnels qui se présentent
- Mettre en exergue les points forts de votre personnalité en contexte professionnel : qualités, atouts, valeurs
- Identifier vos éléments de satisfaction et d'insatisfaction quant à votre profession actuelle
- Connaître l'environnement socio-économique de votre territoire/du territoire visé
- Valider la faisabilité et le réalisme de votre projet
- Co-construire votre livret personnalisé et votre plan d'actions

***Le "Bilan de Compétences 3-C" vous propose de développer vos Soft Skills. Compétences sociales et humaines, complémentaires des compétences métier, les Soft Skills sont transférables dans tous les secteurs professionnels et sont mobilisables tout au long de votre vie professionnelle.***

## CONTENUS DE LA FORMATION

**Analyse de votre parcours** : compétences, qualités, expériences, atouts, limites, intérêts, motivation etc...

**Projet professionnel** : découvertes de secteurs et métiers sur le territoire, réseaux et ressources, portefeuille de compétences, dispositifs de formation existant, élaboration de pistes professionnelles/formation, etc ...

**Les contenus du "Bilan de Compétences 3-C" comprennent :**

- les essentiels prévus par la loi : "*Le bilan de compétences est un dispositif relevant de la formation professionnelle continue qui consiste à analyser ses compétences professionnelles et personnelles, aptitudes et motivations afin de définir un projet professionnel et, le cas échéant, un projet de formation*" - Code du Travail - article L 6313-10.
- des tests professionnels et de personnalité
- les apports de **Cap Savoir**, dont l'expertise porte sur les Soft Skills et le développement comportemental en situation professionnelle : la méthode **4COLORS®** met en évidence vos 3 styles. Ces styles permettent de mieux comprendre vos réactions et vos attitudes comportementales en relation avec votre environnement et votre entourage, personnel et/ou professionnel

## DÉROULÉ PÉDAGOGIQUE

Le Bilan de compétences comprend un **entretien présentiel ou téléphonique d'une heure, gratuit et sans engagement**, vous permettant de vérifier - en accord avec la professionnelle du Bilan de Compétences - que l'outil correspond bien à vos attentes et à vos besoins.

Le "Bilan de Compétences 3-C" respecte **les 3 phases fixées par le Code du travail** et la réforme de la formation professionnelle :

- **Phase préliminaire** : connaissance mutuelle entre vous et votre praticienne, co-construction de l'alliance de travail, présentation de la démarche du BIC - **Bilan Individuel de Compétences** - et vérification de votre motivation à vous engager dans la démarche, précisions de vos attentes, définition de votre objectif de BIC, détails organisationnels et pratiques, contractualisation et tous points que vous souhaitez voir traités ;
- **Phase d'investigation et de construction** : de votre personnalité et de votre comportement en situation professionnelle, de votre parcours professionnel et extraprofessionnel, et de vos envies/idées/projets professionnels. C'est une phase très approfondie dans le BiC et elle nécessite **un travail en toute autonomie** de votre part. C'est également une phase exploratoire de votre projet professionnel.
- **Phase de conclusions** : Remise du document de synthèse, bilan de votre BIC avec un retour sur les résultats obtenus et co-construction de votre plan d'actions, raisonnable et cohérent.
- **Phase de suivi** : entretien téléphonique ou en présentiel permettant de vérifier la mise en œuvre du plan d'actions, l'atteinte des objectifs et l'avancée du projet professionnel/de formation.

**Plus-value proposée par Cap Savoir** : un réseau de professionnels issus de différents métiers pouvant répondre à vos questions lors de la phase d'investigation (enquêtes métiers). Mais également l'expertise du test 4 Colors®.

**Accompagnement asynchrone par le praticien qui :**

- vous envoie en amont un tutoriel d'utilisation de Classroom
- assure votre accompagnement pour l'utilisation de la plateforme et de l'outil pour les classes virtuelles (Zoom, Teams) si nécessaire
- vous suit de façon hebdomadaire via la plateforme pour vos travaux en autonomie
- échange par mail/téléphone pour entretenir votre motivation
- vous apporte des outils, des contenus et des supports complémentaires.

## MÉTHODES ET OUTILS

**Pauline HÉRISSE**, est praticienne en Bilan de compétences, Bilan d'orientation et formatrice Soft skills.  
**Marie-Fan GUILLARD, Le Bonheur est Dans l'Après**, est praticienne en BIC, coach certifiée et Technicienne en Programmation Neuro Linguistique.

Toute l'équipe des formateurs est certifiée 4COLORS® et FUNNY LEARNING® et formée à l'animation du Co-Développement professionnel.

Notre approche : centrée sur la personne - donne priorité à l'humain, à l'intelligence émotionnelle et au ressenti. Notre accompagnement est issu des pratiques et de l'expertise du coaching et du Bilan de Compétences.

Le "Bilan de Compétences 3-C" se réalise sous forme d'entretiens en présentiel ou à distance, de 1 h 30 à 2 heures.

L'encadrement, l'animation et le suivi seront réalisés par une praticienne de bilan de compétences et coach de transition professionnelle.

### Nos références théoriques et outils :

- La procédure du Bilan de Compétences, telle que définie code du travail
- Un livret de suivi individuel à compléter « au fil de l'eau » des séances
- Un outil numérique collaboratif
- Tests professionnels et de personnalité
- Logiciels de visio-conférence
- Des ressources pédagogiques et professionnelles
- Les méthodes agiles : FUNNY LEARNING® et 4COLORS®, s'appuyant sur les recherches en neurosciences
- La PNL (Programmation Neurolinguistique)
- L'Analyse Transactionnelle
- La Communication positive et bienveillante
- L'écoute active de Rogers ;
- L'exploitation des feed back et feed forward ;
- ....

***Notre pédagogie est dite "active", et privilégie les interactions, les défis "cap ou pas cap", les exercices, tests, jeux, citations, métaphores etc...la théorie est apportée pour vous rassurer, crédibiliser notre approche et nous partageons avec vous, tout ce que nous connaissons et qui peut vous être utile, et ce, en toute transparence et confiance.***

## Conditions spécifiques

### ○ Conditions spécifiques :

Pas de prérequis exigés dans le BIC, néanmoins, à Cap Savoir, il nous semble souhaitable de maîtriser le niveau de langue française A2/B1 à l'oral et à l'écrit - CECRL : (Cadre Européen Commun de Référence pour les Langues).

Être autonome sur l'outil informatique pour l'accès aux plateformes et avoir un accès internet

Être volontaire et accepter d'élargir sa vision sur ses propres pratiques et attitudes professionnelles.

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

**Notre démarche d'évaluation** est basée sur le modèle Kirkpatrick® et repose sur 4 niveaux d'évaluation

**Réaction** : en continu, au fil de l'eau : votre ressenti, vos besoins votre satisfaction.

**Apprentissage** : évaluation des connaissances acquises : sur vous, sur les techniques, sur les outils, sur l'environnement professionnel, sur les ressources et réseaux, sur les métiers etc... ;



**Comportement** : évaluation des comportements mis en œuvre **pendant et à l'issue** du bilan de compétences via le transfert des connaissances et compétences acquises dans les plans d'action et les défis "cap ou pas cap" ;

**Résultats** : évaluation à chaud des résultats obtenus par rapport à vos attentes et évaluation à froid (2 mois après la fin du Bilan de Compétences) sur les effets induits de l'accompagnement et les résultats réels.

**Modalités :**

- En amont : entretien de motivation et de validation de la démarche BIC
- Pendant : évaluation tout au long du BIC en début de chaque séance qui permet de mesurer votre satisfaction et l'atteinte de vos objectifs via les « petits pas » et défis « Cap ou pas cap ».
- En aval : entretien de Retour d'Expérience – RE, 6 mois après la fin du BIC

**Outils :**

- Google Forms adressés après la fin du BIC
- Témoignages anonymes des stagiaires
- Avis Google
- Avis sur l'appli « mon compte formation »
- Recommandations

## PUBLIC

Tout salarié, indépendant ou DE, de tout âge, désireux de faire le point sur son parcours, à un moment clé de sa vie professionnelle.

## DURÉE

Le 1<sup>er</sup> entretien téléphonique de 1 heure - séance gratuite et sans engagement, permet de valider votre projet de Bilan de Compétences ;

**La prestation qui se déroule sur une durée maximum de 15 heures**, s'étend sur 4 à 5 mois

- **15 heures d'entretiens** d'une durée de 1 h 30 à 2 heures
  - **du travail individuel** dont les modalités et les contenus seront validés et vérifiés par la praticienne
- **1 entretien de suivi** (6 mois après la fin du "Bilan de Compétences 3-C" ;

## TARIFS

1 800 € HT **soit 2 160€ TTC**

## ACCÈS

Après un 1<sup>er</sup> contact téléphonique ou mail, un entretien téléphonique d'une heure précède la proposition commerciale adaptée à vos besoins et attentes.

Le démarrage se fait 15 jours après l'inscription et la validation sur l'appli CPF ou la réception du devis signé.

**ACCÈS HANDICAP**

Si vous êtes en situation de handicap, notre référente **Christelle BEDRANI**, se tient à votre disposition et vous informe sur les accès possibles liés à votre situation. Nous vous proposerons un aménagement et des supports adaptés en fonction de votre handicap.



## POINTS FORTS

Une **équipe de professionnels interne** formée aux pédagogies innovantes basées sur les neurosciences : FUNNY LEARNING®, 4COLORS®, Facilitation Graphique...

**Cap Savoir est certifié** FUNNY LEARNING®, [4 COLORS®](#)

Une **EXPERTISE DE 30 ans** dans le champ de la communication écrite et de la pédagogie pour adultes.

Une approche du bilan de compétences, ciblée sur vos besoins réels et sur mesure ;

Une pédagogie que nous prenons plaisir à nommer "pédagogie de la rencontre, de l'audace et de la tendresse" : du temps rien que pour vous !

L'utilisation d'outils vraiment pertinents et efficaces : des bénéficiaires sont prêts à témoigner et échanger avec vous sur l'efficacité de nos méthodes et outils ;

***Et, bien entendu, confidentialité absolue, sécurité et bienveillance sont les piliers du cadre proposé.***

## RÉSULTATS ATTENDUS

- Des objectifs professionnels clarifiés au regard de la définition de vos valeurs et attentes dans votre vie personnelle et professionnelle.
- La « prise en mains » de votre avenir professionnel : vous êtes l'auteur de votre parcours professionnel.
- La connaissance du marché de l'emploi, des dispositifs existants et des outils à mobiliser : formation, VAE, enquêtes métier, PMSPP, CV et courriers de motivation etc...
- Une meilleure connaissance de soi, de ses points forts et de ses points d'effort, des limites de sa zone de confort, de ses envies, de ses besoins etc...
- Du temps rien que pour vous, pour définir vos priorités de vie et la place de votre job dans votre vie familiale et sociale.
- La remise du document de synthèse du "Bilan de Compétences 3-C", document que vous validerez et dont nous coconstruirons ensemble « le plan d'actions ».
- Un livret de suivi vous permettant de conserver et de capitaliser vos acquis et toutes les ressources que la praticienne met à votre disposition.

**TAUX DE PERFORMANCE** - Nous avons accueilli 68 bénéficiaires depuis 2021. 65 parcours réalisés en totalité et terminés, 1 en cours et 2 abandons : 1 pour raison de santé, l'autre pour avoir trouvé sa voie plus vite que prévu.

## INFORMATIONS

**Vos contacts : Cap Savoir** : 02 41 46 30 68 ; [contact@capsavoir.org](mailto:contact@capsavoir.org)

**Pauline HÉRISSE** Praticienne en Bilan de Compétences et d'orientation, Formatrice soft skills spécialisée dans les 4Colors – [pauline.herisse@capsavoir.org](mailto:pauline.herisse@capsavoir.org)

**Responsable administrative et financière** : Farida AZDOUD - [farida.azdoud@capsavoir.org](mailto:farida.azdoud@capsavoir.org)

**Référente administrative** : Amandine CARON [amandine.caron@capsavoir.org](mailto:amandine.caron@capsavoir.org)

**FORMATION ÉLIGIBLE AU CPF** : Lien vers la fiche [moncompteformation.gouv.fr](https://moncompteformation.gouv.fr)