

BILAN DE COMPÉTENCES 3-C

Connaissance de soi - Confiance en soi - Compétences



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 votre potentiel pour explorer de nouveaux espaces professionnels ;
- ◆ Définir un nouveau projet professionnel ;
- ◆ Valider la faisabilité de votre projet professionnel – si déjà défini ;
- ◆ Déterminer votre orientation ou changer d'orientation ;
- ◆ Vous mettre en action et donner nouvel élan à votre parcours professionnel.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- ◆ Mieux vous connaître et renforcer la confiance en vous face aux challenges professionnels qui se présentent ;
- ◆ 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 ;
- ◆ Améliorer vos compétences comportementales face aux diverses situations professionnelles ;
- ◆ Mettre en lumière les points forts de votre personnalité : qualités, atouts, valeurs ;
- ◆ Définir des axes de progrès afin de permettre le déploiement de vos capacités relationnelles ;
- ◆ 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 ;
- ◆ Elaborer votre guide personnalisé et votre plan d'action ;

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 personnelle et professionnelle.



CONTENUS

- ◆ **Connaissance de soi** et de ses comportements en situation professionnelle : le profil **4COLORS®** met en évidence vos 3 style de personnalité : naturel, adapté et opposé. Ces styles permettent de mieux comprendre vos réactions et vos attitudes comportementales en relation avec votre environnement et votre entourage, personnel et/ou professionnel.
- ◆ **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 3 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.
- les apports de **Cap Savoir**, dont l'expertise porte sur les Soft Skills et le développement comportemental en situation professionnelle.



DÉROULÉ PÉDAGOGIQUE

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 coach, présentation de la démarche du BC - **Bilan de Compétences** - et vérification de la pertinence de cet outil au regard de votre demande, précisions de vos attentes, détails organisationnels et pratiques, contractualisation et tous points que vous souhaitez voir traités ;
- ◆ **Phase d'investigation** : de votre personnalité, de votre comportement en situation professionnelle, de votre parcours professionnel et extraprofessionnel...
C'est une phase très approfondie dans le BC : elle nécessite un travail en toute **autonomie de votre part**, portant sur le domaine professionnel et sur les domaines de la connaissance de soi et des autres.
Etape d'identification, d'analyse, de repérage et de gestion : expériences, compétences, capacités, qualités, éléments de blocage, difficultés/atouts, enVies, valeurs...
Lors de cette phase d'investigation, je vous proposerai de découvrir votre profil de personnalité via le test "**4COLORS®**", outil pertinent de connaissance de soi et des autres.
- ◆ **Phase de construction** - étape de conception, élaboration et validation de votre projet :
 - synthèse de l'investigation, des réflexions menées et du travail réalisé ;
 - élaboration d'une stratégie ;
 - validation de la faisabilité de 3 pistes professionnelles ;
 - mise en place d'un plan d'action raisonnable et cohérent.
- ◆ **Phase de suivi** : cette phase est proposée exclusivement par **Cap Savoir**. Issue de notre expérience et de notre volonté d'accompagner au mieux les personnes dans leur projet de vie professionnelle.
Nous vous offrons pendant un an, l'accès gratuit à un groupe de codéveloppement professionnel - animé mensuellement par une formatrice ou la directrice de **Cap Savoir** - qui vous permettra de faire partie d'un réseau de professionnels, tous enclins à se développer grâce à l'intelligence collective et la force du groupe. Contactez-nous, nous partagerons avec plaisir notre expertise de la méthode du codéveloppement professionnel, ses bénéfices, l'organisation que nous proposons etc... 02 41 46 30 68.

***En tous cas, dans le cadre du Bilan de Compétences "3-C",
votre participation au groupe de codév est totalement gratuit pour vous.***

METHODES ET OUTILS



- ◆ 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 ;
- ◆ Le "Bilan de Compétences 3-C" se réalise sous forme d'entretiens en présentiel et en visio conférences, d'1h30 à 2 heures.

- ♦ La possibilité de réaliser tout le Bilan de Compétence à distance est possible, et décidée par le client .
- ♦ L'encadrement, l'animation et le suivi seront réalisés par une coach, familiarisée des processus d'écoute (rogérienne) et d'accompagnement - en présentiel et/ou à distance, dans le cadre des bilans de compétences, des prestations de coaching et des groupes de codéveloppement professionnel ;

♦ Nos références théoriques :

- la procédure du Bilan de Compétences, telle que définie code du travail ;
- 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.*



PREREQUIS

Niveau de langue française A2/B1 à l'oral et à l'écrit - CECRL: (Cadre Européen Commun de Référence pour les Langues) ;
Etre volontaire et accepter d'élargir sa vision sur ses propres pratiques et attitudes.



ÉVALUATION

Notre démarche d'évaluation est basée sur le modèle Kirpatrick® 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.



PUBLIC

- ♦ Tout salarié ou DE désireux de faire le point sur son parcours, à un moment clé de sa vie professionnelle : son expérience professionnelle actuelle, sa motivation, ses compétences techniques et surtout sur ses Soft Skills - qualités et compétences sociales et relationnelles...afin d'être acteur de son parcours professionnel ;



DURÉE

- ◆ Le 1^{er} entretien de 1 heure, séance réalisée en visio est gratuite, et permet de valider votre projet de Bilan de Compétences ;
- ◆ **La prestation se déroule sur une durée de 24 heures**, s'étendant sur 2 à 3 mois - le planning restera à définir et seront réparties entre des temps d'entretiens de coaching et de temps de travail personnel ;
- ◆ **15 heures d'entretien** (durée d'un entretien : entre 1 heure à 2 heures) : à répartir en fonction de votre avancée, de vos besoins, de votre planning – ces entretiens de coaching peuvent se réaliser en partie – ou tout – à distance, via un lien Zoom que je vous adresserai en amont ;
- ◆ **1 séance spécifique de 2h en visio** : débriefing et analyse approfondie de votre Profil **4COLORS®** ;
- ◆ **1 entretien de "Retour d'Expériences"** (2 mois après la fin du "Bilan de Compétences 3-C" ;
- ◆ La participation gratuite au Groupe de Codéveloppement Professionnel : offert pendant un an ;
- ◆ 6 heures de travail individuel dont les modalités et les contenus seront validés et vérifiés par la coach.



TARIFS

1 800 € HT soit 2 160€ TTC



MODALITÉS ET DELAIS D'ACCES

Après un 1er contact téléphonique ou mail, la proposition est adaptée à vos besoins et attentes, tout en respectant la loi sur le Bilan de Compétences. Le démarrage se fait dès l'inscription faite sur l'appli CPF/renvoi du devis signé

ACCES HANDICAP

- ◆ Les modalités distancielles permettent l'accès aux personnes à mobilité réduite
- ◆ Adaptation des supports en fonction du handicap : nous consulter.

Laurie LEDROIT est la collaboratrice référente Handicap au sein de Cap Savoir



POINTS FORTS

- ◆ 25 ans EXPERTISE dans les champs des Soft Skills et de l'accompagnement des personnes en formation et coaching ;
- ◆ Une approche du bilan de compétences, ciblée sur vos besoins réels et donc 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 : nous pouvons vous transmettre les coordonnées de personnes coachées si vous souhaitez vérifier l'efficacité de nos méthodes et outils ;
- ◆ La participation gratuite pendant 1 an au GCP – Groupe de Codéveloppement Professionnel

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



RESULTATS ATTENDUS

- ◆ 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...;
- ◆ Des objectifs professionnels clarifiés au regard de la définition de vos valeurs et attentes dans votre vie professionnelle ;
- ◆ La synthèse détaillée du "Bilan de Compétences 3-C" et tous les outils et documents qui vous seront remis ;
- ◆ Un carnet de bord conservant et capitalisant tous vos acquis ;
- ◆ Du temps rien que pour vous, pour définir vos priorités de vie et la place de votre job dans votre vie familiale et sociale ;
- ◆ Un plan d'action raisonnable et pertinent pour être acteur et responsable de votre vie professionnelle.



INFORMATIONS DIVERSES

CONTACTS : Marie-Fan GUILLARD, directrice gérante, créatrice de Cap Savoir et coach professionnelle certifiée : 02 41 46 30 68 – 06 70 55 44 74

TAUX DE PERFORMANCE : nous sommes en mesure de proposer des témoignages directs de personnes ayant bénéficié de prestation de coaching et de bilans de compétences.

FORMATION ÉLIGIBLE AU CPF : CODE CPF : 93559 Lien vers la fiche moncompteformation.gouv.fr