

# BILAN DE COMPETENCES PROFESSIONELLES

## DEROULEMENT

✚ **Phase préliminaire** : *pour définir vos besoins, vous présenter les méthodes et techniques utilisées lors de la phase d'investigation, et fixer un objectif et un plan de travail .*

1 séance : **Définir un objectif, les attentes par rapport au Bilan.**

**On passe l'Inventaire de motivations/assertivité/adaptabilité Vip2A Pro**

✚ **Phase d'investigation** : pour identifier vos caractéristiques personnelles, **vos motivations**, votre manière de penser, de raisonner, votre assertivité, (savoir être) ; pour identifier **vos compétences** (savoir et savoir être), pour analyser votre carrière, vos réussites et vos échecs, et vôtres activités actuelles.

➤ **ETAPE 1 : SAVOIR ÊTRE : Qui suis-je ? Identifier vos caractéristiques personnelles, votre histoire, vos choix, votre état d'esprit.**

2-3 séances

➤ **Identifier vos motivations**

### Objectifs

- Etre motivé durablement
- Approfondir la connaissance de Soi et de l'Autre
- Apprendre à se remobiliser
- **Identifiez votre façon de penser, de raisonner, votre adaptabilité**

### Objectifs

- Connaître son profil préférentiel face au stress
- Déterminer l'**adaptabilité**, capacité à gérer ses émotions, en situation de stress, face au changement et à la complexité.
- **Identifiez votre niveau d'assertivité**

### Objectifs

- Déterminer la position spontanée que on prend dans le group
- La confiance en soi et en l'autre
- Capacité à s'affirmer dans le groupe au-delà du rapport des forces

➤ **Identifier votre état d'esprit qui pourrait influencer le BC**

### Objectifs

- Sonder si vous êtes confiante
- Sonder le niveau d'estime de soi
- Repérer des parasites à la lucidité dans l'évaluation de soi

➤ **Identifier quelles sont vos racines**

- Reprendre contact avec les racines
- Redécouvrir un gout un valeur importants
- Mettre le doigt sur un valeur enfouie et jamais autorisé.

➤ **Identifier quels ont été vos choix importants.**

### Objectifs

- Identifier ce qui comptait pour vous
- Identifiez des choix qui vous ont détournée de ce qui comptait
- Identifier quel(s) désir(s) a été inhibé.

➤ **ETAPE 2 : SAVOIR : Que sais-je ? Recenser votre capital de connaissances**

1 Séances

- Recenser les formations diplômes suivis
- Identifier les connaissances techniques, méthodes et procédé apprises
- Identifier quels sont les environnements, univers professionnels connus.
- Type expert ou généraliste ?
- Déterminer dans quel(s) environnement (s) on peut utiliser la connaissance

➤ **ETAPE 3 : SAVOIR FAIRE : Que sais-je faire ? Identifier vos principales compétences**

1-2 Séances

**Objectifs**

- Déterminer ce que on sait faire (verbes d'action)
- Type expert ou généraliste ?
- Déterminer dans quel(s) environnement (s) on peut utiliser le(s) savoir faire

➤ **ETAPE 4 : DEFINIR VOTRE TRAJECTOIRE PROFESSIONNELLE : analyser votre parcours et les activités principales que vous avez mené, vos réalisations et vos échecs**

1 Séance

**Objectifs**

- Analyser les activités menées
- Déterminer la couleur professionnelle
- Retrouver le fil d'Ariane
- Analyser les réussites et les échecs
- Travailler l'échec

**On rentre dans la phase de synthèse, l'ETAPE 4 est optionnelle.**

 **Phase de synthèse et conclusion**

1 - 2 séances

**Objectifs**

- Résumer les **motivations intrinsèques (inconditionnelles au résultat), les atouts, les idéaux, valeurs, priorités, changement souhaité.**
- Déterminer quels sont les limites, lacunes à combler
- Déterminer quels sont les freins restants
- Déterminer quel type de changement est souhaité
- Etablir un **projet professionnel** réaliste et prévoir les étapes de sa mise en œuvre.

**La phase de recherche du travail (CV, entretien, lettre de motivation, marche cible etc.) 2-4H**

- Une fois que (et uniquement si) le parcours sera complété une Fiche de Synthèse sera envoyée par mail.
- Le prix de l'Inventaire Vip2A est de 50E, le prix par séance est de 50E.
- La durée est entre 6-10 séances
- Une facture globale sera envoyée à la fin du parcours
- Les séances pas annulées par téléphone (pas sms ou Email) dans le 72H seront facturés (sauf cas de force majeure, où une annulation par téléphone est quand même demandée)