



Objectifs

- *Identifier, apprécier:*
 - > ses compétences professionnelles,
 - > ses capacités personnelles,
 - > ses intérêts professionnels, valeurs et motivations.
- *Faire le point sur son évolution professionnelle:*
 - > analyser ses expériences de vie et de travail,
 - > anticiper un changement,
 - > se projeter dans l'avenir.
- *S'orienter:*
 - > élaborer et/ou valider un projet professionnel,
 - > étudier des pistes d'évolution, de mobilité interne - externe,
 - > déterminer un plan d'action pour concrétiser son projet.
- *Se former:*
 - > définir ses besoins de formation par rapport à un objectif de qualification et/ou un projet professionnel.
- *Rechercher un emploi:*
 - > se situer par rapport au marché du travail,
 - > valoriser sa candidature.

A qui s'adresse ce coaching ?

A toute personne souhaitant par une auto-analyse faire le bilan de ses expériences de formation, de travail et des compétences acquises dans un but de reconnaissance personnelle et professionnelle.

Où, quand, avec qui ont lieu les accompagnements ?

- en inter, dans nos bureaux à Vuisternens-en-Ogoz (FR) ou dans un bureau externe;

Nous définissons ensemble les dates. Un premier entretien «prise de température» d'une heure gratuite a lieu dans nos locaux.

Bilan de compétences «complet»

Se reconnaître dans ses compétences, ses ressources pour arriver à des choix pertinents

24 heures réparties sur 8 à 12 entretiens, durant 3 à 6 mois.

Programme

Prestation individualisée de 24 heures réparties sur une période de 3 à 6 mois à raison de 8 à 12 entretiens individuels de 2 à 3 heures.

Thèmes traités durant les 3 phases du bilan de compétences:

1) Phase d'introduction

- Analyse de la situation, des besoins et des attentes,
- Définition des objectifs spécifiques du bilan,
- Définition des conditions de réalisation du bilan.

2) Phase d'investigation

Parcours personnel et professionnel

- Analyse du parcours professionnel et personnel antérieur (loisirs, histoire de vie etc),
- Clarification, compréhension et intégration des compétences acquises,
- Identification et analyse des intérêts, des motivations et des valeurs professionnelles.

Dossier de candidature

- Structure/décodage/élaboration CV et lettre de motivation ciblés et personnalisés,
- Utilisation des médias, réseaux sociaux,
- Évaluation des aptitudes, des atouts et des axes de progression à la réalité du marché du travail.

Marché du travail

- Image et communication de soi (estime de soi, confiance en soi, dress-code),
- Orientation professionnelle : découverte et analyse des métiers, enquêtes professionnelles, contact d'organismes.

Préparation entretiens

- Simulation entretien d'embauche.

3) Phase de conclusion

- Élaboration et validation du/des projet(s) professionnel(s) ou autre(s),
- Élaboration d'un plan d'action,
- Remise d'un document de synthèse du bilan.

Méthode pédagogique

Méthode axée sur la pratique:

Lors des entretiens, le temps est exclusivement consacré aux échanges et au travail sur des situations concrètes. **Un important travail personnel est demandé entre chaque séance.** Travail sur documents papiers > Enregistrements et débriefings vidéo: verbal, non verbal, para verbal > Mises en situation > Co-rédaction du document de synthèse > Plan d'action.

Résultats obtenus:

Vous repartez avec des échanges inoubliables, une panoplie de méthodes à appliquer et un plan d'actions concret à mettre en œuvre.



Voir descriptif de l'outil en p.15