



Objectifs

- *aider* la personne à reconnaître ses compétences;
- *évaluer* les besoins éventuels en insertion professionnelle, formation et/ou réorientation;
- *acquérir* une vision des compétences techniques pour adopter la juste stratégie d'employabilité;
- *posséder* une plus grande confiance en soi, en ses valeurs, ses besoins et ses motivations.

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.

> *vosre implication, curiosité et motivation sont importantes* afin d'effectuer des recherches/réflexions et remplir différents documents à fournir entre chaque séance.

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 «light»

Les clés pour réussir sa vie professionnelle et personnelle

6-12 heures réparties sur 2 à 3 mois

Programme

Le coaching Bilan de compétences version light comprend 3 thématiques d'une durée de 6 heures, 9 heures ou 12 heures réparties sur 2 à 3 mois:

1) Coaching personnel

Faire de l'ordre dans ses idées; identifier ses attentes et ses besoins; reconnaître ses motivations principales et les valeurs les plus importantes; voir plus clair et prendre des décisions.

2) Bilan de compétences

Exploration des apprentissages formels et non formels; clarification, compréhension et intégration des compétences professionnelles et extra-professionnelles (loisirs, histoire de vie); plan d'actions.

3) Dossier de candidature

Structure/décodage/élaboration CV et lettres de motivation ciblés et personnalisés; opportunités stratégiques actuelles; profilage du matching (décodage/adéquation annonces).