

## PROGRAMME DE FORMATION BILAN DE COMPETENCES

### Formule ECLOSION

MAJ : 02/12/21

#### PUBLIC

Tous public

#### PREREQUIS

Aucun prérequis n'est nécessaire pour suivre cette formation.

#### MODALITES ET DELAIS D'ACCES

Formation à distance sous forme de webinar participatif  
Inscription à réaliser 1 mois avant le début de la formation

#### DUREE

**Durée totale : 24h pour un période de 3 mois**

- Formation en ligne : 6h
- Exercices à réaliser : 6.5h
- Entretiens personnels : 11.5h



#### DATES OU PERIODE

A définir

#### HORAIRES

L'accès à la formation se fait en continu, à tout moment de l'année. De 9h à 13h et de 14h à 18h

#### LIEU

La formation peut avoir lieu en Vidéoconférence, en présentiel dans un espace dédié, et/ou sur un espace de E-learning.

#### CONDITIONS D'ACCESSIBILITE

Méthode Cohérence est particulièrement sensible à l'accessibilité de ses formations à tous et à l'intégration des personnes en situation de Handicap. Contactez-nous afin d'étudier les possibilités de compensation disponibles.

## OBJECTIFS DE LA FORMATION ET COMPETENCES VISEES

- Redonner du sens à son travail et être soi
- Faire le point sur sa carrière : « savoir où l'on va et pourquoi »
- Identifier et analyser ce qui a été acquis en termes de compétences professionnelles
- Identifier ses forces et ses zones de développement dans le milieu professionnel en analysant son profil de personnalité.
- Identifier ses goûts et ses motivations
- Définir son projet professionnel, son projet de formation ou de reconversion.

## DEROULEMENT ET PROGRAMME DE LA FORMATION

### Phase préliminaire :

- Analyse de la demande
- Détermination du format le plus adapté au besoin
- Définition conjointe des modalités de déroulement du bilan (Analyse Partagée de la Situation)

### 1- Phase d'investigation : Profil psychométrique et questionnaires

- Bilan personnel/tests d'orientation et de personnalité
- Analyse du parcours personnel et professionnel
- Exploration des valeurs, centres d'intérêts, motivation et personnalité

### 2- Phase d'évaluation :

- Développement personnel : travail sur la confiance en soi
- Dénouer les principaux nœuds qui vous empêchent d'être dans votre plein potentiel

### 3- Phase de plan d'action : Découverte de votre raison d'être avec la Méthode Ikigai

- Exploration des voies d'évolution professionnelle possibles
- Analyse des compétences : savoir-faire et savoir-être
- Identification des « possibles », définition du projet et du plan d'action

Cette phase a pour objectif de permettre au bénéficiaire soit de construire son projet professionnel et d'en vérifier la pertinence, soit d'élaborer une ou plusieurs alternatives.

### 4- Phase de Synthèse : Marguerite de la cohérence – Synthèse du Bilan

- Appropriation des résultats détaillés et de la phase d'investigation
- Recensement des conditions et moyens favorisant la réalisation du ou des projets
- Définition des modalités et étapes du projet
- Intégration avec la PNL Programmation Neurolinguistique

### 5- Phase de mise en action

- Co-création et réalisation du plan d'action suite à la synthèse

### 6- Phase de développement

- Séance de développement personnel 360° ou séance du cabinet d'outplacement

## 7- Phase de réalisation

- Séance de développement personnel 360° ou séance du cabinet d'outplacement

## 8- Phase de dépassement de soi

- Apprendre comment se réaliser et oser avec la Méthode d'Alchimie (USA)

## MODALITES D'EVALUATION D'ATTEINTE DES OBJECTIFS DE LA FORMATION

- QCM/Quizz
- Grille d'évaluation
- Travaux pratiques
- Tests de contrôle de connaissances et validation des acquis à chaque étape
- Echange avec le formateur par visioconférence, téléphone et mail

## MOYENS PERMETTANT LE SUIVI ET L'APPRECIATION DES RESULTATS

- Suivi de l'exécution
- Feuilles de présences signées des participants et du formateur par demi-journée
- Attestation de fin de formation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action et les résultats de l'évaluation des acquis de la formation.

### **Appréciation des résultats :**

- Recueil individuel des attentes du stagiaire
- Questionnaire d'auto-évaluation des acquis en début et en fin de formation
- Évaluation continue durant la session
- Remise d'une attestation de fin de formation
- Questionnaire d'évaluation de la satisfaction en fin de formation

## MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES D'ENCADREMENT DES FORMATIONS

### **Modalités pédagogiques :**

- Evaluation des besoins et du profil du participant
- Apport théorique et séquences pédagogiques regroupées en différents modules,
- Cas pratiques
- Questionnaire et exercices
- Tests de contrôle de connaissances et validation des acquis à chaque étape
- Retours d'expériences
- Séquences pédagogiques regroupées en différents modules,

### **Référent pédagogique et formateur :**

Chaque formation est sous la responsabilité du directeur pédagogique de l'organisme de formation ; le bon déroulement est assuré par le formateur désigné par l'organisme de formation.