



BILAN DE COMPÉTENCES

PORTEUR DE SENS

PROGRAMME

Le Bilan de Compétences Post Burnout "PORTEUR DE SENS" est conçu pour vous aider à :

=> Examiner en profondeur vos compétences, tant professionnelles que personnelles, ainsi que vos aptitudes et motivations, pour élaborer un plan de carrière clair. Si nécessaire, cela peut inclure un projet de formation continue ou de Validation des Acquis de l'Expérience (VAE) après avoir vécu un burnout.

Conformément à la loi n° 91-1405 du 31 décembre 1991 (articles R6322-32 à R6322-38 et R6322-56 à R6322-61 et R6321-2 du Code du Travail), le Bilan de Compétences doit être réalisé uniquement avec le consentement explicite du participant, comme stipulé par l'article L.6313-4 du Code du Travail.

À l'issue de ce bilan, vous serez en mesure de :

- Analyser vos besoins et vos intérêts professionnels pour tirer des leçons de votre burnout et éviter une future rechute.
- Mieux comprendre vos connaissances, compétences, et capacités.
- Définir un projet professionnel qui vous permette de vous relancer avec enthousiasme et motivation dans le monde du travail après un burnout.
- Évaluer la viabilité de votre projet professionnel.
- Concevoir un plan d'action détaillé pour la mise en œuvre de votre projet professionnel.

Public cible et prérequis

Public cible : Ce bilan de compétences est destiné à toute personne souhaitant élaborer ou reconstruire un projet professionnel suite à un burnout.

Prérequis recommandés : Il n'est pas nécessaire d'avoir des qualifications spécifiques pour commencer ce bilan. Cependant, le programme est mieux adapté aux individus qui ont déjà une expérience professionnelle. Il est essentiel de maîtriser la langue française pour pouvoir exploiter efficacement nos ressources pédagogiques. De plus, il est conseillé de disposer d'un équipement informatique adéquat et de savoir l'utiliser, ce qui est crucial pour participer efficacement au bilan de compétences à distance.

CONTENU DU BILAN DE COMPETENCES

- **La phase préliminaire** : Cette étape est une période d'introduction pendant laquelle nous définissons et confirmons votre engagement dans le processus. Ensemble, nous analyserons vos demandes et besoins spécifiques, identifierons les objectifs de votre bilan de compétences et discuterons des conditions de déroulement du bilan. Vous serez également informé(e) des différentes méthodes et techniques que nous utiliserons tout au long de votre parcours.
- **La phase d'investigation** : Au cours de cette étape, vous explorerez et analyserez vos compétences, aptitudes et motivations en vue de définir votre projet professionnel et, éventuellement, un projet de formation. Nous utiliserons différents outils (entretiens, questionnaires, tests, etc.) pour faciliter cette exploration. C'est généralement la phase la plus longue du processus.
- **La phase de conclusion** : Cette dernière phase vous permettra de synthétiser les résultats obtenus pendant la phase d'investigation. Un plan d'action détaillé sera alors établi, en tenant compte de vos aspirations, de vos compétences et du marché du travail. Nous discuterons ensemble de votre plan d'action pour définir les étapes concrètes vers votre nouveau projet professionnel. À la fin de cette phase, vous recevrez un document détaillé qui résume ces résultats et votre plan d'action. Nous prévoyons également les modalités de suivi de votre projet après le bilan de compétences.

Chacune de ces phases est conçue pour vous aider à naviguer dans votre parcours d'évolution ou de transition professionnelle, en vous offrant un espace structuré de réflexion et des outils adaptés pour vous aider à prendre des décisions éclairées sur votre avenir professionnel.

METHODOLOGIE D'ACCOMPAGNEMENT

La méthode d'accompagnement pour votre bilan de compétences comprendra une combinaison d'approches variées, adaptées à vos besoins spécifiques. Les éléments clés de cette méthodologie comprennent :

- **Entretiens individuels** : Ce seront des moments d'échanges privilégiés, durant lesquels nous discuterons de vos attentes, de vos motivations, de vos compétences et de vos projets. Ils nous permettront également d'établir votre profil professionnel.
- **Utilisation d'outils psychométriques** : Ces outils nous aideront à évaluer vos intérêts, vos valeurs, votre personnalité et vos compétences. Les tests psychométriques utilisés peuvent inclure des instruments tels que le RIASEC (Inventaire d'intérêts professionnels de Holland), ou des questionnaires d'auto-positionnement.

- **Outils d'évaluation des compétences** : Nous utiliserons des techniques d'identification et de validation des compétences, qui peuvent inclure des entretiens comportementaux, des grilles d'auto-évaluation, ou l'analyse de situations professionnelles vécues.
- **Techniques de coaching** : Ces techniques seront utilisées pour vous accompagner dans votre réflexion, votre prise de décision, et dans la mise en place de votre plan d'action.
- **Ressources pédagogiques** : Nous utiliserons diverses ressources, telles que des manuels, des guides, des vidéos, des sites internet spécialisés, pour vous aider à mieux comprendre le marché du travail, les métiers et les formations.
- **Approches de développement des compétences** : Nous explorerons différentes stratégies pour le développement de vos compétences, comme la formation, la VAE (Validation des Acquis de l'Expérience), le mentoring, le coaching, le networking.
- **Technologies et outils numériques** : Nous utiliserons les technologies numériques pour faciliter l'accompagnement, comme le partage de documents en ligne, la visioconférence pour les séances à distance, les plateformes d'e-learning pour la formation.
- **Adaptabilité et personnalisation** : La méthodologie sera adaptée à votre rythme, à vos besoins spécifiques et à votre contexte professionnel. Nous ferons des ajustements en cours de route, selon l'évolution de votre projet.

Cette méthodologie n'est pas figée et pourra être ajustée et enrichie tout au long de notre accompagnement, selon vos retours et vos besoins.

Un entretien de suivi à 6 mois après la réalisation du bilan de compétences vous sera proposé.

En BONUS/COMPLÉMENT DE CE PROGRAMME

(Si et seulement si vous êtes volontaire et avec votre accord), vous pourrez :

- Rejoindre la communauté d'entraide : pour partager/échanger avec des personnes qui vivent ou ont vécues la même situation que vous.
- Recevoir des séances de coaching pour surmonter les blocages liés à votre travail ou votre Burnout (en fonction de votre choix d'accompagnement).

MODALITES ET TEMPS D'ACCES AU PROGRAMME PORTEUR DE SENS (et en fonction aux autres programmes)

Durée et structure du programme :

Le *Bilan de Compétences PORTEUR DE SENS* est conçu pour se dérouler individuellement sur une période de trois mois MAXIMUMS, pour un total de 24 heures, réparties comme suit :

- 24 heures d'entretiens individuels répartis en 12 rendez-vous de 2H chacun, réalisés via visioconférence (peuvent inclure des travaux en ligne incluant des tests de personnalité, questionnaires, et recherches spécifiques à des métiers sur des plateformes dédiées).
- Un travail personnel supplémentaire est estimé à environ 10 heures.

- Ce bilan est entièrement personnalisable en termes de durée et de contenu, selon les besoins spécifiques du participant et tout en respectant les trois phases du processus.

Le *Bilan de Compétences PREMIUM* est conçu pour se dérouler individuellement sur une période de trois mois maximums, pour un total de 18 heures, réparties comme suit :

- 18 heures d'entretiens individuels répartis en 8 rendez-vous de 2H chacun, réalisés via visioconférence (peuvent inclure des travaux en ligne incluant des tests de personnalité, questionnaires, et recherches spécifiques à des métiers sur des plateformes dédiées).
- 6 à 8 heures de travail inter-séances minimum
- Ce bilan est entièrement personnalisable en termes de durée et de contenu, selon les besoins spécifiques du participant et tout en respectant les trois phases du processus.

Le *Bilan de Compétences ESSENTIEL* est conçu pour se dérouler individuellement sur une période de trois mois maximums, pour un total de 12 heures, réparties comme suit :

- 12 heures d'entretiens individuels répartis en 6 rendez-vous de 2H chacun, réalisés via visioconférence (peuvent inclure des travaux en ligne incluant des tests de personnalité, questionnaires, et recherches spécifiques à des métiers sur des plateformes dédiées).
- 12 heures de travail inter-séances minimum
- Ce bilan est entièrement personnalisable en termes de durée et de contenu, selon les besoins spécifiques du participant et tout en respectant les trois phases du processus.

Les inscriptions au programme PERTE DE SENS sont ouvertes toute l'année.

Modalités de Déroulement : Le programme se déroule entièrement à distance.

Accès au Programme :

- Un rendez-vous "Déclic" gratuit est offert pour s'assurer que les objectifs du programme répondent aux attentes du participant.
- Envoi d'un programme et d'un devis personnalisé en fonction des ajustements nécessaires.
- Signature d'un contrat ou d'une convention de formation.
- Transmission des accès à la plateforme et du livret d'accueil.
- Accès libre au contenu programmé.

Délais d'Accès : Le délai pour commencer le programme varie de 2 à 14 jours, en fonction de la situation du participant et du mode de financement choisi.

Dispositif de Suivi et d'Évaluation :

- Feuilles d'émargement signées par les participants et l'accompagnant à chaque session.
- Évaluations recueillies après chaque session individuelle pour mesurer les progrès.

- Co-évaluation en fin de parcours pour vérifier l'atteinte des objectifs.
- Questionnaires de satisfaction distribués en fin de parcours et six mois après la fin pour évaluer l'impact à long terme.
- Production d'une synthèse collaborative.
- Remise d'une attestation de fin de parcours (sur demande)