



## PROGRAMME DU BILAN DE COMPÉTENCES

### Parcours Intelligence Émotionnelle

#### PUBLIC :

- Personnes engagées dans une réflexion professionnelle, souhaitant faire le point sur leur parcours, leurs compétences et leurs aspirations, quel que soit leur âge ou leur expérience.

#### PRÉREQUIS :

- Aucun prérequis pour accéder à l'accompagnement.

#### OBJECTIFS :

- Ce bilan de compétences a pour objectif d'accompagner chaque bénéficiaire dans une évolution professionnelle et personnelle pertinente et motivante. L'accompagnement proposé permet d'identifier des réponses adaptées à la situation de chacun et de développer sa capacité à mieux s'orienter et se projeter.

Dans une analyse partagée et individualisée de votre parcours, il s'agit de :

- Repérer vos compétences, vos ressources et vos leviers d'évolution,
- Valoriser vos savoir-faire, vos qualités et votre potentiel personnel et/ou professionnel,
- Identifier ses compétences émotionnelles pour mieux comprendre sa façon de fonctionner et renforcer son efficacité professionnelle.
- Comprendre vos motivations afin de les transformer en perspectives professionnelles concrètes,
- Définir vos critères de choix et vos priorités pour préciser votre objectif professionnel,
- Construire une stratégie d'action réaliste : mobilité, formation, reconversion ou évolution interne.

L'objectif final est de vous inscrire dans une dynamique d'action, de redonner du sens à votre parcours et de vous permettre d'atteindre sereinement vos objectifs professionnels.

**DATES :** Entrées/sorties permanentes

#### **DEROULEMENT :**

##### **Entretien préalable au bilan** (gratuit)

Lors de l'entretien préalable, nous vous présentons les objectifs du bilan de compétences, ses étapes et ses conditions de déroulement. Nous vérifions que vous pouvez vous engager dans la démarche (disponibilité, organisation, intérêts pour la démarche). À partir de la fiche signalétique et de l'analyse partagée de la situation, nous recueillons les informations utiles pour comprendre votre demande et préciser vos objectifs.

##### **Contenu du bilan :**

À noter le bilan de compétences est reconnu comme une action de formation continue depuis l'article L6313-1, ce qui garantit un cadre légal précis et des protections.

**Une démarche méthodique en 3 étapes – 24h en présentiel et rendez-vous individuels.**

### 1. Phase préliminaire : mieux comprendre votre situation et vos besoins

Cette première étape sert à poser le cadre et à vérifier que le bilan répond bien à vos attentes.

Concrètement, on fait quoi ?

- Vous échangez avec votre consultant pour expliquer votre situation, votre parcours, vos questions, vos envies.
- Vous définissez ensemble les objectifs précis du bilan, vos attentes détaillées.
- Vous reprenez de façon précise la méthode de travail, la durée, les outils, les étapes.
- Vous exprimez vos doutes, vos inquiétudes pour identifier comment vous permettre d'être à l'aise dans la démarche du bilan.

À quoi ça sert ?

- Comprendre ce dont vous avez réellement besoin.
- Poser un cadre clair, sécurisant et confidentiel.
- S'assurer que vous êtes prêt à vous engager dans la démarche.

### 2. Phase d'investigation : apprendre à mieux se connaître et explorer des pistes

C'est le cœur du bilan. Cette étape vous aide à mieux comprendre qui vous êtes, ce que vous savez faire, ce que vous aimez faire et ce que vous voulez pour la suite.

Concrètement, on fait quoi ?

- Vous explorez plusieurs aspects de vous-même :
- Votre parcours professionnel : ce que vous avez appris, vos réussites, vos difficultés.
- Vos compétences : ce que vous savez faire (technique, organisation, relationnel...).
- Vos motivations : ce qui vous donne envie de vous lever le matin.
- Votre personnalité au travail : votre façon d'agir, d'apprendre, de communiquer.
- Vos centres d'intérêt et ce qui a du sens pour vous.

Ensuite, vous commencez à :

- Imaginer et repérer des métiers possibles.
- Vérifier la réalité du marché du travail.
- Comparer vos envies avec ce qui est réalisable.
- Tester différentes pistes pour trouver ce qui vous correspond le mieux.

À quoi ça sert ?

- Mieux comprendre vos forces et vos besoins.
- Identifier des projets professionnels possibles.
- Valider les directions les plus adaptées à votre profil.

### 3. Phase de conclusion : construire un projet réaliste et un plan d'action

Cette dernière étape permet de transformer vos idées en un projet concret, réaliste et adapté à votre situation.

Concrètement, on fait quoi ?

- Vous choisissez le projet professionnel le plus cohérent pour vous.
- Vous définissez un plan d'action clair : formations, démarches, étapes, délais, aides mobilisables...
- Vous repartez avec un document de synthèse qui résume tout le travail du bilan.

À quoi ça sert ?

- Avoir une vision claire de la suite.
- Savoir par où commencer et comment avancer.
- Vous sentir prêt à passer à l'action.

**Un entretien de suivi à 6 mois est proposé pour accompagner la mise en œuvre du plan d'action.**

Cabinet In via 14 allée des tourterelles – Saint Vincent de Tyrosse

**Tel : 07 69 19 79 84 - E.mail : [cabinet.invia@gmail.com](mailto:cabinet.invia@gmail.com) OU [estelle.helbig.invia@gmail.com](mailto:estelle.helbig.invia@gmail.com)**

N°Siret : 828 741 769 000 16 – NDA : 75400151440 – Adeli 409305984 – RPPS 10009695270



**LIEU :** En présentiel, à Saint Vincent de Tyrosse\*, en entretiens individuels dans un espace d'écoute, d'échange et de confidentialité.

\*Aménagements possibles

**PROFIL DU CONSULTANT :**

Estelle Helbig Conseillère bilan- psychologue, diplômée de L'Institut national d'étude du travail et d'orientation professionnelle, accompagne les bénéficiaires dans leurs évolutions de carrière avec une approche personnalisée et rigoureuse, fondée sur l'écoute, la neutralité, la confidentialité et l'adaptation au rythme et aux besoins de chacun.

**MOYENS PÉDAGOGIQUES :**

- Entretiens individualisés,
- Tests et questionnaires d'orientation (intérêts, valeurs, personnalité),
- MBTI : compréhension du fonctionnement et développement personnel,
- Parcouréo (base de données de 1300 métiers et logiciel d'orientation)
- Outil Transférance pour identifier ses compétences (notamment transférables) et les relier à des métiers ou secteurs potentiels.
- Passation du test l'EQ-i 2.0 distribué par Multi-Health Systems (MHS).
- Tests d'aptitudes
- Portefeuille de compétences,
- Outils d'aide à la décision et à la planification,
- Exercices d'analyse du parcours et des expériences,
- Documents de synthèse.
  
- Suivi et évaluation individualisés durant le parcours pour réajuster les outils durant le bilan

**DURÉE DE FORMATION :**

- 24H d'accompagnement en présentiel par créneau de 1h30 à 3h.
- + 1H de suivi post accompagnement à 6 mois.

**VALIDATION :**

- Remise d'une synthèse écrite détaillée et personnalisée à l'issue du bilan.

**TARIFS :**

- 1680€ - 24H

**Financements possibles :**

- Autofinancement,
- Compte Personnel de Formation (CPF),
- OPCO (Plan de développement des compétences).