



BILAN DE COMPETENCES

RESSOURCES DE VIE - PROJET

A l'attention du
Bénéficiaire du Bilan de Compétences

Vincent PAILHOLE
Directeur associé



 **RÉPUBLIQUE FRANÇAISE**

Certifié Centre de Bilan de Compétences
Organisme de formation

Pour répondre à votre demande, nous allons orienter notre proposition vers un bilan de compétences spécifique ressources de vie. Il s'agit d'une forme de bilan qui vous amène à révéler vos ressources et vos talents profonds et vous accompagne à la réalisation de vos projets/rêves. Cet accompagnement vise à vous apporter une prise de conscience de votre valeur ainsi que des outils et des repères pour réussir votre transformation et installer votre présence dans votre milieu professionnel.

Il est construit en trois étapes

1. Découvrir qui vous êtes
2. Identifier les promesses qui vous caractérisent
3. Transmettre ce que vous portez

Objectif du bilan de compétences/ressources de vie individuel

- Révéler et mettre en mots vos ressources de vie profondes pour prendre conscience de votre valeur et savoir que vous pouvez réaliser vos rêves.
- Lister l'ensemble des dimensions de votre énergie personnelle et visualiser vos leviers de développement, définis grâce aux différents outils proposés.
- Définir et suivre la mise en œuvre étape après étape d'actions concrètes tant sur le plan personnel que professionnel pour la réalisation de vos projets
- Comprendre les liens intimes qui naissent et se développent entre vos ressources de vie et votre activité professionnelle de demain, conditions de sa justesse et de votre crédibilité.

Informations recherchées et à développer

Connaissance de soi, confiance en soi, affirmation de soi, capacités à communiquer de manière impactante, justesse des projets identifiés, organisation et mise en œuvre des projets.

Public concerné

Tous public, salariés, salariés en fin de carrière (préparation de la retraite), demandeurs d'emploi, créateurs d'entreprise

Modalités et délais d'accès

Sont acceptées toutes les personnes répondant aux dispositions de l'article R6313-8 du Code du travail relatif au bilan de compétences dans le cadre de la formation professionnelle continue.

Le bilan peut débuter dès que le financement est accepté par les organismes financeurs compétents.

Dans les paragraphes suivants, nous vous présentons les différentes étapes du bilan de compétences/ressources de vie :

Contenu

8 séances et travail personnel

- **Rencontre préliminaire**
 - Présentation de votre demande – vous précisez votre contexte, votre intention et ce qui, en lien avec votre projet et votre intention doit être clarifié
 - Présentation des étapes de votre bilan de compétences/ressources de vie : détermination du calendrier – calage des dates sur trois mois avec un rythme proposé et cependant adaptable selon vos contraintes
 - Préparation de la convention tripartite.

Dès votre accord sur la présente proposition et la signature de la convention tripartite qui marquera le début de notre relation contractuelle, nous vous enverrons un questionnaire de réflexion vous permettant de préparer la première rencontre.

Travail personnel en amont de la 1^{ère} rencontre – réponses apportées à un guide de questionnement remis dès l'engagement dans la démarche – 4 h

Il s'agit d'ouvrir la porte vers le bilan ressources de vie

Ce travail consiste à préparer la première rencontre. Il permet de poser un diagnostic en faisant un point sur :

- Le parcours professionnel
- Votre parcours de vie, vos racines, votre histoire
- Ce que vous avez envie de clarifier
- Votre état d'esprit d'aujourd'hui
- Votre intention par rapport à cet accompagnement

Première partie – Rencontres 1 à 4 – 6 H (4 fois 1h30)

Découvrir qui je suis et formaliser mes ressources de vie

Rencontre 1

- Exploitation du questionnaire préparé
- Présentation de la démarche et de l'outil Excel
- Réflexion autour du CADO (état d'esprit à installer pour soi) et validation par la personne accompagnée
- Livraison des deux outils associés à la démarche : le journal et le tableau de bord – ancrage dans l'opérationnel
- Identification de la première ressource : l'énergie personnelle

En amont de la 2^{ème} rencontre (travail personnel) – 1 h

- Lancement du journal
- Mise en œuvre du tableau de bord
- Ecriture spontanée d'un texte sur l'énergie personnelle

Rencontre 2

- Echange autour du journal et du tableau de bord
- Identification de la deuxième ressource : les aspirations profondes et leur paysage émotionnel

• En amont de la 3^{ème} rencontre (travail personnel) – 1h

- Poursuite du journal et des actions du tableau de bord
- Recherches autour de la musique pour la préparation de la troisième ressource
- En complément et si la personne accompagnée est demandeur, livraison d'un questionnaire sur les enseignements des réussites, des échecs, les valeurs, les atouts et les limites dans sa relation aux autres, monde pro, perso, sociétal

Rencontre 3

- Point sur le journal et le tableau de bord
- Identification de la troisième ressource à partir des travaux personnels présentés : ses leviers de développement mis en évidence par la musique
- Identification de la quatrième ressource : le visible et l'invisible / deux dimensions d'être complémentaires

- **En amont de la 4ème rencontre (travail personnel) – 1h**

- Poursuite du journal et des actions du tableau de bord
- Mise en perspective de la quatrième ressource par des exemples attachés au parcours de vie, passé, présent, futur
- Test du texte « énergie personnelle »

Rencontre 4

- Point sur le journal et le tableau de bord
- Appropriation de la quatrième ressource - mise en lumière de sa force par une application dans la vie quotidienne et dans le parcours de l'accompagné
- Identification de la cinquième ressource – le parcours de transformation vers le projet / les comportements à adopter pour passer à l'action et prendre sa vie en main

Deuxième partie – Rencontres 5 et 6 – 3 H (2 fois 1h30)

Identifier les promesses pour me caractérisent pour avancer sur mon projet

- **En amont de la 5ème rencontre (travail personnel) 1h**

- Poursuite du journal et des actions du tableau de bord
- Ecriture d'un article sur le projet en lien avec les ressources de vie

Rencontre 5

- Lecture et dialogue autour du texte – définition d'une action de communication
- Identification du message porté par la personne accompagnée
- Mise en perspective avec l'ensemble des ressources de vie

Rencontre 6

- Points sur l'avancée des actions en cours
- Mise en lumière de ses promesses, ce que l'on va transmettre au travers de son projet/activité – le SEDAM
- Accompagnement à la définition des actions/prestations en lien avec les promesses

- **En amont de la 7ème rencontre (travail personnel) 2h**

- Préparation d'un tableau de mise en œuvre concrète des promesses
- Identification des personnes de son réseau avec lesquelles elles vont être mises en œuvre/construction de son réseau « projet de vie »

Troisième partie – Rencontres 7 et 8 – 3h00 (2 fois 1h30) Transmettre ce que je porte au travers de mon projet

Rencontre 7

- Points sur l'avancée des actions en cours et le tableau de mise en œuvre des promesses
- Bilan sur la transformation en cours, prises de conscience et engagement dans un projet de vie nourri des ressources
- Elaboration du plan d'actions pour les mois à venir – à deux ans, 6 mois, 1 mois

Pendant 1 à 2 mois 3h

- Mise en place du plan d'actions – 1 à 2 mois pour la mise en œuvre des piliers fondateurs du projet

- **Rencontre 8**

- Points sur le plan d'actions
- Actions correctives : recherches, planning

A l'issue des 8 rencontres, vous prévoyez un **rendez-vous téléphonique trois mois après.**

1 heure

L'objectif est de faire le point sur vos démarches, de maintenir votre motivation et votre énergie dans la poursuite de votre plan d'action.

Consultant responsable de l'accompagnement bilan de compétence Ressources de vie

Sylvie Nouaille, fondatrice de [l'Auberge des optimistes](#)

DEONTOLOGIE

Tout au long de la démarche, le consultant s'engage vis-à-vis du bénéficiaire au strict respect de la confidentialité sur le contenu de leurs échanges, gage de la confiance qui doit s'établir dans ce type de démarche.

CLES DU SUCCES

Mettre en place une relation de confiance avec le consultant.
Un engagement mutuel de la part du consultant et du bénéficiaire à respecter le calendrier de travail établi, préparer chacune de leurs rencontres et établir un mode de communication simple et direct.
Accompagner un projet réaliste compatible avec l'environnement du marché.

DUREE DU BILAN

Nombre d'heures : 13h heures

Et travail personnel : 11 heures

Pour un total de 24h heures réparti sur une période autour de 4 mois.

TARIF

2 340 Euros TTC

DATES ET LIEU DU CENTRE DE BILAN

Les dates sont à déterminer avec le bénéficiaire.

A distance

Dans nos locaux : 34 Boulevard Henri IV, 75004 PARIS

EVALUATION

Avant le bilan de compétences : questionnaire professionnel et de motivation

Pendant le bilan de compétences : questionnaire de satisfaction

Après le bilan de compétences : questionnaire de satisfaction à chaud et à froid.

SUIVI DU BILAN DE COMPETENCES

Emergence à chaque rendez-vous.

CONTACT

Sylvie NOUAILLE

Tél : 06 73 75 50 38

sylvie@aubergedesoptimistes.com

www.potentielettalents.com