

PROGRAMME DU BILAN NOUVEAU CAP

PREPARER SA TRANSITION PROFESSIONNELLE À IMPACT POSITIF

PUBLIC :

Toute personne active, notamment :

- les salarié.es du secteur privé ou privé
- les demandeurs d'emploi
- les indépendant.es

PRE REQUIS :

- Avoir une ou plusieurs expériences professionnelles
- Avoir envie de reprendre son parcours professionnel en main

NOMBRE DE PARTICIPANTS : jusqu'à 8 personnes max.

OBJECTIF GÉNÉRAL :

Analyser ses compétences professionnelles et personnelles, ainsi que ses aptitudes et ses motivations en appui d'un projet d'évolution professionnelle et, le cas échéant, de formation, dans le domaine de la transition écologique, sociale et solidaire.

OBJECTIFS INTERMÉDIAIRES

- ✓ Faire le point sur ses expériences professionnelles et personnelles ; repérer et évaluer ses acquis liés au travail, à la formation et à la vie sociale
- ✓ Déterminer ses leviers de motivation, ses aspirations professionnels et personnels
- ✓ Identifier ses savoirs, compétences et aptitudes ; déceler ses potentialités inexploitées
- ✓ Identifier les enjeux de la transition écologique et sociale sur lesquels on souhaite s'engager professionnellement
- ✓ Identifier ses freins liés au changement et déterminer des leviers pour les dépasser
- ✓ Définir son écosystème de travail idéal ; organiser ses priorités professionnelles et personnelles pour un meilleur équilibre de vie
- ✓ Rassembler les éléments permettant d'élaborer un projet professionnel ou personnel avec une ou plusieurs pistes projets

CONTENU DU PROGRAMME

Description de la séquence	Durée
<p># Entretien individuel n°1 : Analyser la demande et le besoin du bénéficiaire</p> <ul style="list-style-type: none"> - Analyser la demande, le besoin et les attentes du bénéficiaire et validation des pré-requis - Présenter les modalités d'accès et de réalisation du bilan de compétences, avec le partage des objectifs pédagogiques - Formaliser le contour et les modalités du déroulement du bilan en fonction de la situation et du besoin exprimé par le bénéficiaire - Valider l'engagement du bénéficiaire dans la démarche et les modalités de déroulement du bilan : dates, lieu et modalités d'accès, intervenant, modalités de financement 	30mn
<p>Atelier 1 : Embarquement</p> <ul style="list-style-type: none"> - Faire le bilan de son parcours professionnel et personnel - Identifier et valoriser ses valeurs et ses compétences acquises 	3H
<p>Atelier 2 : Explorer ses rêves et ses motivations</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identifier ses leviers de motivation, et ses aspirations professionnelles et personnelles - S'autoriser à explorer plusieurs options, à développer sa créativité et son esprit d'innovation 	3H
<p>Atelier 3 : Identifier ses talents</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identifier ses forces et ses talents, et sa zone de "flow" - Faire émerger et prendre conscience de toutes ses potentialités - Repérer et reconnaître ses principales forces et ses talents - Identifier comment les intégrer dans sa démarche projet 	3H
<p># Entretien individuel n°2 / coaching</p>	1H
<p>Atelier 4 : Trouver sa place dans ce monde en transitions</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identifier les enjeux écologiques et sociaux sur lesquels on veut s'engager professionnellement et personnellement - Choisir un champ d'investigation sur 1 à 3 enjeux/secteurs ciblés et réaliser des enquêtes terrain 	3H
<p>Atelier 5 : Identifier & dépasser ses freins et ses blocages</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identifier ses freins, ses peurs, ses blocages et mieux comprendre leur mécanisme - Identifier les leviers d'actions pour dépasser ses freins - Développer son agilité et sa capacité à rebondir dans un monde (du travail) incertain 	3H

<p>Atelier 6 : Identifier son cadre de travail idéal et identifier un meilleur équilibre de vie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Définir et prioriser mes aspirations professionnelles - Déterminer son modèle économique personnel - Identifier ses besoins et ses limites pour améliorer son équilibre de vie - Définir son écosystème de travail idéal : rythme, lieu, fonction, interactions - Construire les piliers de son projet professionnel 	3H
<p># Entretien individuel n°3 / coaching</p>	1H
<p>Atelier 7 : Construire le bilan et le plan d'actions projet</p> <ul style="list-style-type: none"> - Faire le bilan de ses apprentissages, de ses nouvelles connaissances, et structurer sa boîte à outils personnalisée - Identifier 1 à 3 pistes « projet », définir ses prochaines étapes, ses actions de suivi - Développer une projection et des objectifs à J+1 semaine / 1 mois / 3 mois / 6 mois 	3H
<p># Entretien individuel n°4 : Point de suivi à J+6 mois</p> <ul style="list-style-type: none"> - Faire le point sur la situation et l'évolution du projet. 	30mn

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Pédagogie expérientielle & pluridisciplinaire regroupant des outils de développement personnel, de coaching, de psychologie positive, ADVP, de pleine conscience, de ludopédagogie
- Exercices individuels et ressources à travailler en autonomie
- Exercices, mises en situation et échanges en binôme ou en sous-groupe
- Exposé en groupe
- Exploitation de l'expérience : expression du vécu, traitement cognitif, intégration psychologique

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Auto-évaluation des apprentissages à mi-parcours : 2
- Evaluation des apprentissages du bénéficiaire à la fin de chaque atelier et entretiens
- Questionnaire de satisfaction global du BC : conditions & modalités, accompagnement, outils utilisés, apprentissages

DURÉE : 24H

- 21H COLLECTIF : 7 ateliers collectif de 3H
- 3H INDIVIDUEL : 2 entretiens d'1H et 2 entretiens de 30mn

CONSULTANT :

Selon sessions : Perrine Lhote, David Noyer, Anne-Catherine Moulin, coach / facilitateur.ice / formateur.ice et accompagnateur.ice du changement professionnel

DATES ET LIEUX DES SESSIONS

Lyon ou 100% à distance

Plus d'informations : www.hisse-et-haut.fr/prochaines-dates

QUALITÉ & SATISFACTION

- Taux de stagiaires étant allés jusqu'au bout de l'accompagnement : 100%
- Taux de satisfaction : 9,3/10

- Taux de stagiaires étant allés jusqu'au bout de l'accompagnement : 100% - Taux de satisfaction des stagiaires : 9,3/10