

**PROGRAMME DE FORMATION BILAN DE COMPETENCES**

## Formule ECLOSION

MAJ : 01/2026

**PUBLIC**

Tous public

**Conditions et PREREQUIS**

Prérequis techniques : pour profiter pleinement des contenus de l'accompagnement, le participant devra disposer :

- D'un ordinateur
- D'une connexion internet stable
- D'un compte de messagerie électronique
- D'une webcam
- De haut-parleurs

**LIEU - MODALITES ET DELAIS D'ACCES**

Bilan de compétences en présentiel : dans le local du consultant

Bilan de compétences à distance : sous forme de visioconférence

Après votre inscription, l'accès au programme est débloqué une fois les démarches administratives finalisées, avec un délai qui dépend du mode de financement.

- **Financement via le CPF :**  
Conformément à la réglementation en vigueur, l'accès à la formation est ouvert à l'issue du délai légal de rétractation de 14 jours suivant la validation de l'inscription sur la plateforme Mon Compte Formation.
- **Financement hors CPF**  
L'accès à la formation est ouvert dès réception du paiement.

**DUREE**

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

- Rendez-vous individuel : 14h en 8 rdv
- Rendez-vous collectif : 10h en 6 rdv

**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 : [Le Profil Nova Global](#)

- 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 : [La confiance en soi](#)
- Dénouer les principaux nœuds qui vous empêchent d'être dans votre plein potentiel

### 3. Phase de plan d'action : [La découverte de l'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 d'exploration : [Les priorités professionnelles](#)

- à la recherche des priorités professionnelles
- recherche du « pourquoi » ; des impératifs...

### 5. Phase de Synthèse : [Transmission d'un document de synthèse au bénéficiaire \(La marguerite de la Cohérence\)](#)

- 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** : Mise en place d'un plan d'action immédiat
  - Co-crédation et réalisation du plan d'action suite à la synthèse
6. **Phase de développement** : Déclic intérieur/Point de bascule
  - Séance de développement personnel 360° ou orientation professionnelle
7. **Phase de réalisation** : Nouveau mindset = nouvelles possibilités
  - Séance de développement personnel 360° ou orientation professionnelle
8. **Phase de dépassement de soi** : Alchimie du projet professionnel
  - Méthode d'Alchimie (USA) : oser réaliser son vrai projet professionnel
  - Synthèse professionnelle et personnelle

## 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.