

# Bilan de compétences RÉFÉRENCE 14 heures en face à face

## Bénéficiaires

Tout salarié des secteurs privé et public, personne en recherche d'emploi, travailleur indépendant, motivé par la démarche.

## Durée et modalités

**Un 1er rendez-vous préalable, gratuit** et sans engagement, pour rencontrer son consultant, mieux comprendre la démarche, clarifier ses attentes, estimer les enveloppes mobilisables.

**Un bilan mené sur une durée de 9 à 13 semaines**, comprenant 7 rendez-vous individuels de 2 heures en face à face, complétés par un travail personnel tutoré entre les séances (environ 10h de formalisation, recherche documentaire, enquête terrain, rencontre de professionnels...).

**Bilan mené en présentiel** dans des bureaux conviviaux au cœur de paris, **ou à distance** selon les souhaits et contraintes du bénéficiaire

## Lieu

En présentiel dans nos locaux (Paris 02)  
et/ou en distanciel via Zoom

## Accessibilité pour tous

Nous recommandons à tout participant en situation de handicap de nous signaler dès son inscription ses besoins spécifiques, pour l'accueillir dans les meilleures conditions.  
Réfèrent Handicap : J-F Parelou : 01 48 78 82 20  
- [jf.parelou@ressourcesetcarrieres.com](mailto:jf.parelou@ressourcesetcarrieres.com) -  
[ressourcesetcarrieres.com/notre-politique-handicap/](https://ressourcesetcarrieres.com/notre-politique-handicap/)

## Tarif et financement

Financé par le bénéficiaire : 1 778 € HT  
Financé par la structure : 1 960 € HT  
Prix hors TVA sur justificatif, pour le bénéficiaire en recherche d'emploi.

Prise en charge ou co-financement possible sur CPF, Plan de Développement des Compétences, AIF (France Travail), financement personnel.

## Contacts

Jean-François Parelou – 06 81 32 10 47 –  
[jf.parelou@ressourcesetcarrieres.com](mailto:jf.parelou@ressourcesetcarrieres.com)  
François Bocquet – 06 12 21 72 84 –  
[f.bocquet@ressourcesetcarrieres.com](mailto:f.bocquet@ressourcesetcarrieres.com)

## Spécificités

14 heures de face à face avec un consultant expert, également coach certifié et/ou psychologue du travail, pour permettre au bénéficiaire d'analyser ses compétences, ses motivations, ses moteurs et ses freins, pour élaborer un projet professionnel pertinent et réaliste compte tenu du marché de l'emploi visé, ou le cas échéant un projet de formation.

## Objectifs

Au terme de son bilan, la personne accompagnée doit :

- Avoir clairement identifié ses compétences personnelles et professionnelles mais également ses axes de développement, moteurs de motivation et valeurs,
- Être en mesure de définir précisément son projet professionnel et, le cas échéant, un projet de formation,
- Appréhender la faisabilité des pistes envisagées eu égard aux caractéristiques socio-économiques de son territoire de vie,
- Avoir conscience de ses compétences et être capable de les valoriser de façon convaincante pour un emploi, une évolution de carrière ou une formation,
- Avoir renforcé la confiance en soi, pour mener à bien le projet défini.

## Méthodes et outils

- Des entretiens individuels approfondis pour faire émerger les aspirations profondes du participant, ses aptitudes et potentiels
- Un inventaire de personnalité (©GOLDEN, ©MBTI ou RIASEC), pour mener une réflexion entre son identité personnelle et la cohérence de ses choix professionnels, complétée cas échéant par des tests et outils (généogramme ou test sur ses valeurs, test AFC HOLLAND), afin d'approfondir ses centres d'intérêts professionnels et ses valeurs.
- Une grille de lecture pour tirer le « fil rouge » de son histoire professionnelle et l'aider à construire ou à faire évoluer son projet

## Profil des consultants

Ils sont coachs certifiés et/ou psychologues du travail. Ils maîtrisent les outils de connaissance de soi et de gestion de la relation et sont formés à l'accompagnement intégrant les problématiques de santé. Ils ont une connaissance opérationnelle de l'entreprise, du Secteur Public ou du milieu associatif. Ils ont une expertise spécifique en Ressources Humaines et en mobilité professionnelle.

## Prérequis techniques

Pour les bilans en distanciel : disposer d'un outil numérique avec caméra / son et d'une connexion internet

## Modalités d'évaluation

- Évaluation qualité de l'action et évaluation différée à 6 mois

## Moyens d'encadrement

Assist. pédagogique et technique : M.Houillon [m.houillon@ressourcesetcarrieres.com](mailto:m.houillon@ressourcesetcarrieres.com)  
Réfèrent handicap : J-F.Parelou [jf.parelou@ressourcesetcarrieres.com](mailto:jf.parelou@ressourcesetcarrieres.com)  
01 48 78 82 20 lun. à ven. (9h30-13h, 14h-17h30)

## Chiffres clés

Note moyenne de satisfaction des participants à nos bilans de compétences en 2025 : 19 / 20

## *Méthodologie* **Bilan de compétences RÉFÉRENCE**

14 heures en face à face

### **ÉTAPE 1 : Phase préliminaire**

Présentation de la démarche et validation de l'engagement du bénéficiaire  
Diagnostic de sa situation globale, identification de ses besoins et de sa demande  
Fixation conjointe des objectifs de l'accompagnement et des modalités de déroulement

### **ÉTAPE 2 : Phase d'investigation**

Débriefing des tests d'intérêts professionnels, d'inventaire de personnalité GOLDEN ou MBTI pour une meilleure connaissance de son mode de fonctionnement et de ses atouts

Analyse du parcours du bénéficiaire, des formations suivies, des postes occupés en termes de missions, résultats, motivation, acquisition, et réappropriation de ses principales réalisations professionnelles

Élaboration d'un portefeuille de compétences après identification des savoirs théoriques, des capacités liées aux emplois exercés, des compétences métiers (hard skills) et transversales (soft skills), analyse des compétences transférables et celles à consolider

Définition d'un projet professionnel réaliste et d'alternatives, après validation des pistes projets à l'issue de recherches documentaires, d'interviews de professionnels, d'enquêtes métier et de l'analyse de l'offre sur le marché visé.

### **ÉTAPE 3 : Phase de conclusion**

Remise d'un document de synthèse détaillé dont la personne accompagnée est la seule destinataire, et d'un plan d'action co-construit à court terme et à moyen terme, complétés d'un entretien de suivi à six mois pour faire le point sur sa mise en oeuvre et ajuster.

