



## Organisme de formation Souffle Nouveau

Accompagnement et formation – Bilan de compétences  
soufflenouveau.of@gmail.com – 06 71 11 42 54

# Bilan de compétences Souffle Nouveau

### Informations générales :

**Contact informations et inscription :** Audrey GARNIER 06 71 11 42 54

**Public concerné :** Salariés, demandeurs d'emploi et indépendants.

**Prérequis :** Aucun prérequis

**Lieu :** Besançon

**Délai d'accès :** 11 jours minimum avant le début de la formation

**Dates :** en individuel : planning à définir ensemble

en groupe : prochaines sessions sur <https://www.souffle-nouveau.fr/bilan-de-competences/>

Type	Individuel	Individuel	Individuel	Collectif (8 stagiaires max)
Durée	12h	16h	20h	24h
	6 semaines	8 semaines	10 semaines	4 semaines (3 jours en collectif + 3h rdv individuel)
Tarif	1170 €	1530 €	1890 €	1690 €

**Accessibilité aux personnes handicapées :** Les personnes atteintes de handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement afin d'étudier ensemble les possibilités de suivre la formation.

### Objectifs pédagogiques du bilan de compétences :

Le bilan de compétences Souffle Nouveau permet :

- d'appréhender une transition et d'aider à transformer sa vie professionnelle pour la remodeler avec sens et plaisir.
- de faire le point, en revenant sur tout ce qui vous a construit, et d'en faire une force pour avancer dans votre travail.
- de revenir à soi pour mieux se connaître dans toute son unicité.
- de visualiser et projeter sa carrière professionnelle en accord avec son individualité.

### Moyens et méthodes pédagogiques :

Nous utilisons des moyens pédagogiques tels que : échanges verbaux (entretien de positionnement, points matinaux, bouclage de fin de journée), mini quizz, questions-réponses, feedbacks, autodiagnostic, bilans, exercices et activités

Nos méthodes pédagogiques sont les suivantes :

- Méthode interrogative : questionnaire écrit et questionnements verbaux
- Méthode active ou de découverte : mise en situation, visualisation ...
- Méthode transmissive : courts apports théoriques (personnalité, comportement, ...)
- Travail collaboratif (formation en groupe)

### Moyens techniques :

Nous fournissons :

- les supports pédagogiques (manuel du participant et questionnaire « élément B », document de synthèse)
- les supports administratifs (convocation, feuille émargement, programme de formation, attestation ou certificat de formation, etc)
- les fournitures telles que feutres, papiers, scotch, post it, ficelle, etc...

### **Modalités d'évaluation :**

Une évaluation à chaud est remplie par les participants et une évaluation dite « à froid » post formation à J+30 permet d'évaluer la satisfaction des stagiaires.

### **Présentation des formatrices :**

Les intervenants varient en fonction des lieux des sessions.

Pour découvrir notre équipe, rendez-vous sur : <https://www.souffle-nouveau.fr/nos-intervenants/>

## **DEROULEMENT :**

### **Phase préliminaire (individuel) :**

#### **Objectifs :**

- Informer le participant sur les démarches administratives.
- Faire le point sur le parcours personnel et professionnel du participant.
- Vérifier la compatibilité entre le concept et ce que recherche profondément le participant.
- Valider ou non, l'entente humaine entre le participant et l'accompagnateur.
- Préciser s'il s'agit d'un bilan de réorientation professionnelle, d'évolution professionnelle ou de vérification de projet.

### **Phase d'investigation: (21 heures)**

#### **Module 1 – IDENTIFIER (3 heures)**

##### **Objectifs pédagogiques :**

- Evaluer son état d'esprit de début d'accompagnement.
- Réfléchir sur son vécu personnel et professionnel à ce jour.
- Poser ses attentes et ses désirs.
- Commencer à définir ses compétences professionnelles et ses compétences sociales.

#### **Module 2 – EXPLORER SA PERSONNALITE ET SES COMPORTEMENTS PROFESSIONNELS (4 heures)**

##### **Objectifs pédagogiques :**

- Décrire les différentes parties de sa personnalité au travail.
- Explorer ses comportements (communication, écoute, authenticité, contrôle).
- Définir et comprendre ses propres mécanismes de défenses.

#### **Module 3 – DECELER OU RETROUVER SON INDIVIDUALITE (4 heures)**

##### **Objectifs pédagogiques :**

- Evaluer ses prises de conscience vis-à-vis de soi, à la suite des premiers modules.
- Définir ses valeurs
- Revenir à soi ; Comment suis-je aujourd'hui ? Et qui ai-je envie d'être demain ? Se questionner ! qui suis-je ?
- Retrouver son unicité. Passer du « faire pour être » au « être pour faire ». Déceler son individualité.
- Être pleinement soi : quels impacts cela a sur toute ma sphère de vie, sur mon estime de moi et sur ma confiance en moi ?
- Projeter son individualité sur sa sphère professionnelle.

#### **Module 4 – IDENTIFIER ET DEPASSER SES LIMITES PROFESSIONNELLES (4 heures)**

##### **Objectifs pédagogiques :**

- Prendre en considération son état de santé
- Identifier ses croyances limitantes et les dépasser pour développer une vision professionnelle plus juste.
- Comment mon éducation et/ou la société impacte mon état d'esprit personnel et professionnel aujourd'hui ?
- Explorer sa relation à l'argent

#### **Module 5 – DEFINIR SON OBJECTIF PROFESSIONNEL (4 heures)**

##### **Objectifs pédagogiques :**

- Dessiner sa carrière professionnelle jusqu'à aujourd'hui.
- Explorer dans quels univers professionnels je peux exprimer qui je suis et m'épanouir.
- Préciser ses compétences sociales et ses compétences professionnelles.
- Définir son objectif professionnel alliant individualité, sens et plaisir.

#### **Module 6 – PLANIFIER SA CARRIERE (2 heures)**

##### **Objectifs pédagogiques :**

- Définir les compétences à acquérir.
- Explorer les formations disponibles pour les acquérir.
- Etablir un plan d'action pour atteindre son objectif professionnel (conditions nécessaires, domaines d'activité, réglementation, etc...)

#### ***Phase de conclusion : 3 heures***

#### **PRESENTATION DU PROJET PROFESSIONNEL**

##### **Objectifs pédagogiques :**

- Présenter et analyser le projet professionnel.
- Feedbacks (retours) sur le plan d'action précisant les étapes nécessaires à la mise en œuvre du projet.
- Evaluer mon état d'esprit en fin de bilan de compétences et quelles perceptions différentes ai-je acquises à travers le processus.
- Restituer le document de synthèse qui résumera l'ensemble des éléments issus du bilan.

#### **SUIVI POST BILAN**

Mise en place d'un suivi se déroulant dans les 6 mois à l'issue du bilan de compétences selon des modalités convenues entre le participant et l'intervenant.

Ce suivi peut se faire par téléphone, skype ou de visu selon ce qui convient aux deux.

Phase importante permettant de vérifier la pérennité du projet et au besoin de le réajuster.