



BILAN DE COMPETENCES PROFESSIONNELLES

ETAPE 1 : SAVOIR ÊTRE : Qui suis-je ? Identifier vos caractéristiques personnelles, ce qui est important pour vous

➤ **Identifier vos motivations**

Objectifs

- Être motivé durablement
- Approfondir la connaissance de Soi et de l'Autre

- Apprendre à se remobiliser

➤ **Identifiez votre façon de penser, de raisonner, votre adaptabilité**

Objectifs

- Connaître son profil préférentiel face au stress
 - Déterminer l'**adaptabilité**, capacité à gérer ses émotions, en situation de stress, face au changement et à la complexité.
- **Identifiez votre niveau d'assertivité**

Objectifs

- Déterminer la position spontanée que on prend dans le group
 - La confiance en soi et en l'autre
 - Capacité à s'affirmer dans le groupe au-delà du rapport des forces
- **ETAPE 2 : SAVOIR ET SAVOIR FAIRE : Que sais-je ? Recenser votre capital de connaissances**
- Recenser les formations diplômes suivis
 - Identifier les connaissances techniques, méthodes et procédé apprises
 - Identifier quels sont les environnements, univers professionnels connus.
 - Type expert ou généraliste ?
 - Déterminer dans quel(s) environnement (s) on peut utiliser la connaissance

Que sais-je faire ? Identifier vos principales compétences

Objectifs

- Déterminer ce que on sait faire (verbes d'action)
 - Type expert ou généraliste ?
 - Déterminer dans quel(s) environnement (s) on peut utiliser le(s) savoir faire
- **ETAPE 3 : DEFINIR VOTRE TRAJECTOIRE PROFESSIONNELLE : analyser votre parcours et les activités principales que vous avez mené, vos réalisations et vos échecs**

Objectifs

- Analyser les activités menées
- Déterminer la couleur professionnelle
- Retrouver le fil d'Ariane
- Analyser les réussites et les échecs

Si à la fin du BC le candidat réalise que son souhait est de changer de travail une démarche de reorientation professionnelle sera entamée.