



Erreur ! Signet non défini.

Bilan de compétences Formule Premium

Support de travail de :

Date démarrage :

LES ETAPES DE VOTRE ACCOMPAGNEMENT

Etape 1 : vos objectifs, votre parcours de vie, votre « mini » biographie

Objectifs : clarifier vos attentes, analyser votre parcours global et vos choix.

- Clarification de vos objectifs et attentes par rapport à l'accompagnement.
- Votre parcours global et les raisons de vos choix d'orientation et professionnels.

Etape 2 : analyse de votre parcours et identification des compétences clés

Objectifs : analyser les éléments de votre parcours, mettre en évidence vos réalisations marquantes et identifier vos compétences clés.

- Description de votre parcours de formation.
- Description de votre parcours professionnel.
- Analyse détaillée de vos réalisations marquantes.
- Votre « socle » de compétences indispensables.

Etape 3 : Analyse de votre personnalité, vos motivations, valeurs et environnements de travail privilégiés

Objectifs : analyser les résultats du test et de vos motivations / valeurs / environnements.

- Analyse et retour du test.
- Analyse de vos motivations/valeurs et environnements de travail privilégiés.

Etape 4 : Vos projets pour demain

Objectifs : formuler et explorer 2 pistes professionnelles.

- Votre métier « idéal ».
- Vos critères de choix.
- Formulation de vos projets professionnels.

Etape 5 : retour d'expérience et plan d'actions

Objectifs : analyser la documentation, les démarches extérieures réalisées et définir le plan d'actions.

- Retour sur les démarches exploratoires.
- Plans d'actions par projet.

Etape 6 et 7 : stratégie de recherche

Objectifs : finaliser l'exploration concrète des projets et travail sur les outils de recherche.

Définition de votre stratégie de recherche d'emploi.

Etapes ultérieures

Objectifs : à la demande.

Accompagnement à la mise en œuvre du projet.

VOS OBJECTIFS ET VOTRE PARCOURS DE VIE

- Clarification de vos objectifs et attentes par rapport au bilan :
 - *Quelles sont les raisons de vos engagements ? (Les circonstances, rencontres ou événements qui vous ont décidé à vous engager dans cette démarche)*
 - *Quels sont vos objectifs professionnels ? (Par exemple, valider un projet déjà élaboré, faire émerger un projet non encore identifié, autres...)*
- Votre parcours de vie :
 - *Quelle était/est la profession de vos parents ?*
 - *Comment avez-vous fait les choix importants dans votre parcours ?*
Scolarité :
 - *Enfant, quel métier souhaitiez-vous exercer ? Pourquoi ?*
 - *Enfant ou adolescent, quels étaient vos goûts, vos centres d'intérêt ?*
 - *Quelles étaient les valeurs les plus importantes dans votre famille ?*

ANALYSE DE VOTRE PARCOURS ET IDENTIFICATION DE VOS COMPÉTENCES CLÉS

À l'aide des tableaux suivants, vous allez décrire l'ensemble de votre parcours (formations et activités) en prenant soin de **toutes** les mentionner (**professionnelles ou extra professionnelles**) et de les présenter **chronologiquement**, c'est-à-dire de la plus ancienne à la plus récente.

Toutes vos expériences (y compris les « jobs » d'étudiants, les stages pratiques, les activités bénévoles et/ou de loisirs), quelle que soit leur nature, leur durée et la satisfaction ou l'insatisfaction générées, sont potentiellement sources d'apprentissage. /

Description de votre parcours de formation

Formation(s) initiale(s) et/ou formation(s) continue(s)

À l'aide des tableaux suivants, décrivez toutes vos formations. Soyez fidèle à la réalité. N'en négligez aucune. Présentez-les chronologiquement, c'est-à-dire de la plus ancienne à la plus récente.

- Formations initiales (BAC, BTS, diplômes universitaires...).
- Formations continues (parallèles à vos activités professionnelles).
- Formations extra-professionnelles (cours du soir, auto-formation, cours par correspondance...).

Année et durée	Nom de l'organisme	Principales disciplines abordées Diplôme obtenu ou niveau acquis
Ex : 1992	Lycée La Fontaine - Paris	- Baccalauréat ES (B) : sciences économiques
Ex : 1994 2 ans	I.U.T. Université Paris Descartes	- D.U.T. Gestion des Entreprises et des Administrations - Bac + 2
Ex : depuis 2003	Cours théâtre P. Clément	- Improvisation

		<ul style="list-style-type: none"> - Étude de textes classiques - Représentations annuelles

Description de votre parcours professionnel et extra-professionnel

Listez vos activités professionnelles et extra-professionnelles (y compris les « jobs » d'étudiants, les stages pratiques, les activités bénévoles et/ou de loisirs) par ordre chronologique.

DÉROULEMENT CHRONOLOGIQUE

Duplicer les tableaux ci-après autant de fois que nécessaire.

1. Période - Secteur - Société (ou association) - Localisation	Intitulé du poste ou fonction Principales missions et responsabilités	Principales tâches ou activités Enumérez-les sous forme de liste et utilisez des verbes d'action
Ex : 2010-2012 Entreprise XXX Paris	<p>Ex :</p> <p>Intitulé : Responsable commercial</p> <p>Missions et responsabilités : Définir et mettre en œuvre la stratégie commerciale</p>	<p>Ex :</p> <p>Activités / tâches :</p> <p>Analyser les données commerciales Définir les enjeux et les objectifs commerciaux Construire un plan d'action Mener des actions de prospection de nouveaux clients</p>

	Optimiser le portefeuille clients Encadrer l'équipe commerciale	Mettre en place des opérations de fidélisation client Effectuer des visites clients Recruter les collaborateurs Animer des réunions commerciales Elaborer des propositions commerciales
Raison du choix du poste, ce que vous en attendiez Première expérience professionnelle, découverte d'un secteur d'activité qui suscitait mon intérêt.		
Réussites et satisfactions Expérience pertinente dans la découverte de plusieurs métiers. Premières attributions de responsabilités conséquentes. Excellente école d'apprentissage de l'organisation, du travail en équipe, du respect de la hiérarchie, de la rigueur au travail, et de la recherche d'excellence.		
Difficultés rencontrées (quels apprentissages en avez-vous tiré ?), insatisfactions Difficultés au départ. Puis j'ai pris peu à peu confiance en moi. Déséquilibre vie pro / vie perso.		
Raisons du départ Nouvelle opportunité que l'on m'a proposée.		

Date Entreprise	Intitulé : Missions et responsabilités :	Activités / tâches :
Raison du choix du poste, ce que vous en attendiez :		
Réussites et satisfactions :		
Difficultés rencontrées (quels apprentissages en avez-vous tiré ?), insatisfactions :		
Raisons du départ :		

Vous venez de décrire et mener un premier niveau d'analyse de votre parcours professionnel. Vous allez maintenant répondre à une série de questions qui permettront de nourrir votre réflexion.

1. Suis-je satisfait(e) de mon parcours ?
2. Si c'était à refaire ?
3. Quels sont, parmi les différents aspects ou activités inhérents à votre parcours, ceux que vous souhaiteriez retrouver dans vos activités futures ?
4. Quels sont parmi les différents aspects ou activités inhérents à votre parcours, ceux que vous ne souhaiteriez plus avoir à prendre en charge dans vos activités futures ?

QUESTIONNAIRE 360° : ANALYSE DE VOS SAVOIR ETRE

- Questionnaire 360° :

Selon vous quels sont vos principaux **points forts** et **points sensibles** ?

Mes points forts	Mes points sensibles

--	--

Imaginez comment un ami vous décrirait ?

Mes points forts	Mes points sensibles

Imaginez comment un critique sévère vous décrirait ?

Mes points forts	Mes points sensibles

Demandez à des personnes de votre entourage personnel, quels sont, d'après eux, vos principaux points forts et points sensibles.

Qui :

Mes points forts	Mes points sensibles

Qui : *(précisez votre lien avec la personne)*

Mes points forts	Mes points sensibles

Qui :

Mes points forts	Mes points sensibles

Demandez à des personnes de votre entourage professionnel, quels sont, d'après eux, vos principaux points forts et points sensibles.

Qui : *(précisez votre lien avec la personne)*

Mes points forts	Mes points sensibles

Qui : *(précisez votre lien avec la personne)*

Mes points forts	Mes points sensibles

--	--

Qui : *(précisez votre lien avec la personne)*

Mes points forts	Mes points sensibles

VOS VERBES D'ACTIONS PRIVILEGIES

Voici une liste de **verbes d'action**, regroupés par **thème**. Prenez le temps de bien les lire et de comprendre la logique qui a conduit à leur classement, ainsi que les différences qui existent entre eux au sein d'un même thème. Puis entourez (ou colorez) tous les verbes qui, à votre avis, vous caractérisent.

Vos verbes d'action :

Décider	Diriger	Organiser	Produire	Gérer
Choisir	Assumer	Aménager	Appliquer	Administrer
Conclure	Animer	Anticiper	Effectuer	Budgéter
Déterminer	Commander	Coordonner	Démarrer	Comptabiliser
Éliminer	Conduire	Distribuer	Exécuter	Consolider
Estimer	Définir	Établir	Faire	Équilibrer
Juger	Déléguer	Planifier	Lancer	Exploiter
Fixer	Impulser	Préparer	Tenter	Gagner
Opter	Instituer	Prévoir	Réaliser	Investir
Régler	Manager	Programmer	Construire	Optimiser
Résoudre	Piloter	Répartir		Rentabiliser
Trancher	Présider	Structurer		
Sanctionner				

Administrer	Contrôler	Négocier	Développer	Créer
Classer	Apprécier	Acheter	Améliorer	Adapter
Compter	Évaluer	Arbitrer	Augmenter	Concevoir
Enregistrer	Examiner	Argumenter	Commercialiser	Construire
Établir	Mesurer	Conclure	Élargir	Découvrir
Inventorier	Superviser	Convaincre	Étendre	Élaborer
Ranger	Surveiller	Démontrer	Implanter	Imaginer
Recenser	Tester	Discuter	Lancer	Innover
Répertorier	Valider	Proposer	Progresser	Inventer
		Persuader	Promouvoir	Transformer
			Vendre	Trouver
Chercher	Communiquer	Former	Conseiller	Autres
Analyser	Dialoguer	Animer	Aider	
Calculer	Discuter	Apprendre	Clarifier	
Consulter	Échanger	Conduire	Comprendre	
Enquêter	Écouter	Développer	Diagnostiquer	
Étudier	Exprimer	Éduquer	Éclairer	
Examiner	Informer	Entraîner	Écouter	
Expérimenter	Convaincre	Éveiller	Guider	
Observer	Interviewer	Instruire	Inciter	
Rechercher	Partager	Sensibiliser	Orienter	
Sonder	Rédiger	Transformer	Préconiser	
	Renseigner		Proposer	
	Transmettre		Recommander	

Ensuite, comptabilisez pour chaque thème (décider, diriger, organiser...) le nombre de verbes que vous y avez sélectionnés.

Exploitons vos réponses :

- Quels sont vos cinq **thèmes** de verbes d'actions privilégiés ?

Exemple :

Organiser

Diriger

Négocier

Communiquer

Former

.....
.....
.....
.....
.....

Quels sont vos **verbes d'actions** privilégiés (2 par thème) :

Exemple :

Organiser : coordonner et répartir

Diriger : déléguer et piloter

Négocier : convaincre et persuader

Communiquer : transmettre et informer

Former : entraîner et sensibiliser

- Se retrouvent-ils dans les différentes fonctions que vous avez occupées ?

OUI NON

- Comment pouvez-vous l'expliquer ?

.....
.....
.....

VOS REALISATIONS MARQUANTES

On entend par réalisation, une action que vous avez assumée, que vous en soyez l'initiateur ou non, et que vous avez menée à son terme avec le sentiment :

- d'avoir réussi à atteindre le résultat escompté,
- de vous être sentis gratifiés,
- d'en avoir tiré une certaine fierté,
- **de vous être senti(e) « à votre place », « plein(e) d'énergie », vous n'avez pas vu le temps passer.**

Ces réalisations marquantes sont vos « trésors de guerre ». "Fouillez" dans votre mémoire ; faites-les revivre. Il s'agit d'une étape importante de l'accompagnement.

a) pour identifier vos compétences clés, et notamment celles qui vous « animent » réellement.

b) pour fluidifier votre argumentation dans la mise en œuvre de votre plan d'action.

Pour chacune des réalisations auxquelles vous faites référence (3), vous rédigerez un petit texte précisant les compétences que vous avez mobilisées.

Exemple :

Description du contexte et du poste de la réalisation choisie : Responsable commercial
Description : négociation client réussie
Détail des savoir faire mobilisés :
Ecoute d'un besoin client Présentation de mon offre et argumentation Négociation

Rédaction du contrat

Réalisation n° 1 :

Description du contexte et du poste de la réalisation choisée :

Description :

Détail des savoir faire mobilisés :

Réalisation n° 2 :

Description du contexte et du poste de la réalisation choisée :

Description :

Détail des savoir faire mobilisés :

Réalisation n° 3 :

Description du contexte et du poste de la réalisation choisée :

Description :

Détail des savoir faire mobilisés

AMJ CONSEIL

ACCOMPAGNER LES
PARCOURS PROFESSIONNELS