

Fiche Présentation

Nom de la prestation : **Bilan de compétences**

RH - Développement personnel et professionnel

Clarifier, sécuriser et mettre en œuvre son projet professionnel

Durée de la prestation : de 13h à 24h réparties sur 10 semaines maximum

Dates : entrées et sorties permanentes.

Les dates des entretiens sont fixées en début de prestation avec le bénéficiaire, sur ou hors du temps de travail, en fonction de la situation et des accords avec l'employeur.

Modalités de la prestation :

- Entretiens individuels synchrones (présentiel et/ou distanciel) et des temps asynchrones de recherches et démarches personnelles (non comptabilisées dans les heures d'accompagnement de la prestation), de manière alternée.
- Outils d'évaluation (tests d'intérêts, valeurs, compétences)
- Exercices guidés
- Analyse de parcours et exploration métier

Il est possible d'adapter le temps des séances et le rythme des rendez-vous en fonction des besoins du bénéficiaire, notamment au regard de problématiques éventuelles liées à un handicap ou à ses contraintes professionnelles et personnelles.

Lieu de la prestation : prestation réalisée entièrement à distance (via *Teams*) – Début 2027 : entretiens en présentiel à Muzillac (56)

Tarifs : de 1300€ à 2350€ (exonération de la TVA) en fonction du nombre d'heures [voir tableau tarifaire en fin de fiche]

Financements : autofinancement, employeur (sur fonds propres)

Certification Qualiopi à venir qui ouvrira un financement via le CPF

Modalités et délais d'accès : autofinancement > 2 semaines minimum / employeur : consentement du salarié et de l'employeur via une convention tripartite avec délai de rétraction de 10 jours – délai de 2 semaines à 2 mois.

Objectif de la prestation d'accompagnement

L'objectif principal de la prestation est d'accompagner le bénéficiaire dans l'élaboration d'un projet professionnel qui soit réaliste, réalisable et en adéquation avec les besoins de son territoire.

Le bilan va permettre au bénéficiaire de :

- analyser ses compétences professionnelles et personnelles
- identifier ses ressources, motivations et contraintes
- définir un ou plusieurs projets professionnels réalistes et réalisables
- élaborer un plan d'action opérationnel et sécurisé



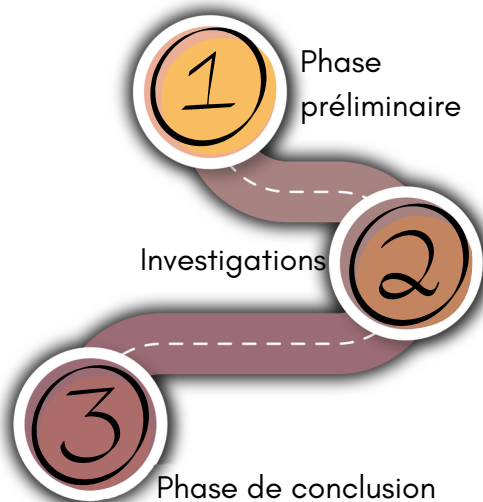
www.emilieledain-psy.fr



07 49 49 94 67



contact@emilieledain-psy.fr
v1. MAJ : 01/09/2026

Contenu de la prestation de bilan de compétences*Programme conforme aux attendues réglementaires***1****Phase 1 – Préliminaire**

- Analyse de la demande
- Clarification des objectifs
- Définition du cadre et des modalités

2**Phase 2 – Investigation**

- Analyse du parcours professionnel et personnel
- Identification des compétences et ressources (traits de personnalités, valeurs, motivations, intérêts...)
- Exploration des pistes professionnelles
- Étude de faisabilité (marché, formation, contraintes)

3**Phase 3 – Conclusion**

- Validation du projet
- Élaboration du plan d'action
- Remise et explicitation de la synthèse écrite et du certificat de réalisation

Sur les phases 2 et 3, le bénéficiaire devra prévoir environ 15h de travail personnel afin de réaliser les investigations et différentes démarches.

Méthode pédagogique utilisée : entretiens semi-directifs en s'appuyant sur la technique d'entretien d'explicitation (P.Vermersh), tests d'aptitudes, inventaires, recherches documentaires, questionnaires, mises en relation ...

Supports : livret du bénéficiaire qui lui sera remis en début d'accompagnement, référentiels d'activités et de compétences, fiches ROME, sites internet (CIDJ, Onisep, AFPA,)

Publics : tout public (salariés du secteur privé, indépendants, demandeurs d'emploi et salariés du secteur public)

Pré-requis : aucun

Validation de la prestation : le bénéficiaire aura défini un projet professionnel ou aura des pistes validées en fin de prestation. Il sera en mesure à l'issue de la prestation de mettre en œuvre en autonomie le plan d'action structuré réalisé. Un document de synthèse détaillé ainsi qu'un certificat de réalisation lui seront remis. La synthèse fera l'objet d'un temps d'échanges commenté lors de la prestation afin que le bénéficiaire puisse s'en approprier le contenu.

Cadre réglementaire du bilan de compétences : <https://www.legifrance.gouv.fr/codes/id/LEGISCTA000038014105/2020-11-09/>
Articles R6313-4 à 6313-8 du Code du Travail

www.emilieledain-psy.fr

07 49 49 94 67

contact@emilieledain-psy.fr
v1. MAJ : 01/09/2026

Evaluation : questionnaire de satisfaction portant sur la méthodologie proposée et les conditions d'accueil. Les évaluations seront publiées prochainement sur le site internet.

Accompagnatrice : Emilie LE DAIN - Psychologue - N°RPSS : 10008595927

Points forts :

- **15 ans dans le domaine de la formation et de l'insertion professionnelle**
- **Horaires flexibles** (possibilité de rendez-vous en soirée ou le samedi matin)
- **Entretien 6 mois après la fin du bilan** afin de faire un point sur la mise en oeuvre du projet

L'organisme de formation s'engage à réaliser cette prestation dans le respect de la confidentialité tant concernant le bénéficiaire que les structures d'exercice professionnel d'où il tire ses expériences. La bienveillance, l'écoute active, la neutralité et le consentement lors des propositions d'actions feront l'objet d'une attention toute particulière de la part de l'accompagnatrice.

Grille tarifaire détaillée :

Durées	24h	18h	13h
Prix	2350€	1750€	1300€

Exemple de programme pour une prestation individualisée de 18h :

	Objectifs principaux	Durées	Contenus et méthodes
Phase préliminaire			
Séance 1	- Analyser la demande et comprendre la situation du bénéficiaire - Identifier les attentes explicites et implicites - Poser un premier niveau de problématisation	1h30	- Histoire professionnelle (entretien semi-directif) - Parcours, vécu, déclencheurs (Questionnement guidé) - Repérage des situations clés : succès / difficultés - Reformulation et validation de la demande
Séance 2	- Définir des objectifs opérationnels du bilan - Co-construire un parcours individualisé - Sécuriser le cadre d'accompagnement	1h30	- Formalisation des objectifs (court/moyen terme) - Présentation des phases et outils - Contractualisation (engagement, rythme, modalités) - Planification du parcours



Objectifs principaux

Durées

Contenus et méthodes

Phase d'investigation

Séance 3	- Analyser en profondeur le parcours professionnel - Identifier les expériences structurantes	2h	- Ligne de vie professionnelle - Analyse des postes occupés - Identification des situations significatives - Début de repérage des compétences
Séance 4	- Identifier et formaliser les compétences mobilisées - Mettre en évidence les compétences transférables	2h	- Grille d'analyse des compétences - Analyse des réussites / difficultés rencontrées - Mise en lien compétences / contextes
Séance 5	- Identifier les intérêts professionnels et motivations - Clarifier les valeurs de travail	2h	- Tests d'intérêts (ex : RIASEC) - Exploration des valeurs - Analyse des sources de motivation - Mise en cohérence profil / aspirations
Séance 6	- Ouvrir et explorer des pistes professionnelles cohérentes - Dépasser les représentations limitantes	2h	- Brainstorming guidé sur les métiers - Exploration de secteurs - Travail sur les croyances limitantes - Identification de premières pistes
Séance 7	- Évaluer la faisabilité des pistes envisagées - Confronter le projet à la réalité du marché	2h	- Analyse du marché de l'emploi - Recherches sur les formations / certifications - Étude des contraintes : financières, géographiques... - Préparation des enquêtes métiers
Séance 8	- Lever les freins à la mise en mouvement - Consolider un ou plusieurs scénarios réalistes	2h	- Identification des freins (psychologiques / pratiques) - Travail d'intégration (dont approche psychocorporelle possible) - Analyse des leviers - Hierarchisation des scénarios

Phase de conclusion

Séance 9	- Formaliser un projet professionnel structuré - Élaborer un plan d'action concret	1h30	- Choix du projet principal - Définition des étapes - Construction du plan d'action - Identification des ressources
Séance 10	- Permettre l'appropriation du bilan - Valider les résultats et sécuriser la suite	1h30	- Restitution globale - Remise et explicitation de la synthèse - Ajustements si besoin - Projection post-bilan

