

**Marie BOURRIGAN**  
07 86 34 16 72  
marie@cohestim.com

## PROGRAMME

### BILAN DE COMPÉTENCES - PROFIL PROCESS COMMUNICATION MODEL® - FLOW AU TRAVAIL (Mixte)

#### ANIME PAR :



Mme Marie BOURRIGAN

Votre formatrice s'appuie sur une expérience professionnelle de près de 30 ans. Ayant évolué dans des univers professionnels variés (entreprises de toutes tailles et de tous secteurs d'activité, associations, fondations, acteurs institutionnels), elle saura vous sensibiliser aux spécificités et contraintes liés à chacun d'eux. Grâce à son appartenance à plusieurs réseaux et collectifs, elle pourra vous mettre en relation avec de nombreux professionnel-le-s. Elle dispose par ailleurs de plusieurs expertises complémentaires, et notamment :

- La santé émotionnelle au travail, qui lui permet de prendre en compte cette dimension dans votre bilan, pour vous garantir un épanouissement durable
- Les risques psychosociaux et les relations au travail, sur lesquelles Process Communication Model® fournit des clés intéressantes.

#### PUBLIC :

Toute personne désireuse de construire un projet professionnel prenant en compte toutes les composantes de sa personnalité, ses besoins spécifiques et ses compétences propres, afin de garantir un épanouissement au travail durable.

#### NOMBRE DE PARTICIPANTS :

1 - 1

#### OBJECTIF GÉNÉRAL :

Construire un projet professionnel source d'épanouissement, en cohérence avec son profil et ses aspirations personnelles, et mobiliser tous les moyens pour parvenir à sa réalisation.

#### OBJECTIFS OPERATIONNELS

- Identifier les facteurs clé à mobiliser pour un épanouissement professionnel durable
- Reconnaître et valoriser ses compétences propres et autres éléments différenciants
- Explorer un large champ des possibles par des recherches documentaires et l'accès à un vaste réseau de professionnel-le-s
- Formaliser un projet et le confronter à la réalité socio-économique du bassin d'emploi

#### PRÉREQUIS :

Aucun prérequis

#### CONTENU DU PROGRAMME :

##### PHASE PRÉLIMINAIRE :

Cette phase fait l'objet d'un entretien d'une heure, et a pour objet :

- La présentation de la démarche et la définition du cadre
- La clarification de la demande

Entreprendre, coopérer. Vivez l'expérience !



**Marie BOURRIGAN**

07 86 34 16 72

marie@cohestim.com

- La formalisation des objectifs personnalisés
- Les modalités de déroulement

#### **PHASE D'INVESTIGATION :**

=13pxCette phase se déroule sur plusieurs séances, et comprend :

- Connaissance de soi : intérêts, valeurs, contraintes personnelles
- Personnalité et environnement professionnel : besoins, motivations, modalités relationnelles
- Analyse du parcours personnel et professionnel passé : réalisations, réussites, sources de satisfaction, compétences démontrées, contextes de travail et activités préférés
- Activités exercées et santé émotionnelle : compétences clé à développer, sources de pression ou de frustration, points de vigilance
- Formalisation du profil et des éléments clé à prendre en compte dans l'élaboration du projet
- Démarche d'exploration et de projection basée sur des recherches documentaires et une démarche réseau guidée
- Formalisation d'un ou plusieurs projets à confronter à la réalité socio-économique du bassin d'emploi

#### **PHASE DE CONCLUSION :**

=13pxLe bilan de compétences se termine par une phase de conclusion avec :

- La formalisation des résultats du bilan dans le cadre d'un document de synthèse
- La finalisation du plan d'action

#### **MÉTHODES PÉDAGOGIQUES :**

La réussite du bilan repose sur la qualité de la relation. Un premier entretien pour faire connaissance est offert. Au cours de cet entretien, le/la stagiaire pourra poser toutes les questions qu'il/elle souhaite, afin de prendre sa décision de manière éclairée.

La réalisation du bilan à proprement parler se déroule sur 24 heures, dont :

- 16 heures d'entretien en visio, réparties sur plusieurs semaines selon un planning défini ensemble.
- 8 heures de travail personnel guidé, et basé sur des méthodes et supports fournis

Le bilan InterQualia® sur la situation professionnelle actuelle et les leviers de développement professionnel, ainsi que le profil Process Communication Model® seront établis sur la base de questionnaires complétés en ligne.

#### **MODALITÉS D'ÉVALUATION / CERTIFICATION FINALE :**

Nous nous assurerons que le bilan répond bien aux résultats attendus dans les domaines suivants, formalisés par écrit :

- Connaissance de soi et des conditions de son épanouissement professionnel
- Formalisation d'un projet professionnel réaliste
- Capacité à se mobiliser pour passer à l'action

**DURÉE :** Variable non renseignée date - 24 heures

#### **LIEUX DES SESSIONS :**

Territoire national

#### **ACCESSIBILITE :**

Cette formation est ouverte à tous. Nous nous adaptons.

Personne en situation de handicap : Merci de nous contacter pour que nous puissions prendre en compte vos besoins particuliers.

#### **COÛT :**

Entreprendre, coopérer. Vivez l'expérience !

Elycoop - SCOP SA à capital variable - SIRET : 429 851 637 00034 - 429 851 637 RCS Lyon - APE :7022Z

Pôle Pixel - Bâtiment B - 26 Rue Emile Decorps 69100 VILLEURBANNE -04.72.81.96.01 - contact@elycoop-formation.fr - 04.72.81.95.84

Les actions de formation professionnelles continues sont exonérées de TVA - Organisme de formation enregistré n° 82 69 0684469

RIB -Crédit Coopératif 42559 - Guichet00011 - Compte21006660206 - Clé47

PGwBilanComp-Bilan de compétences - Profil Process Communication Model® - Flow au travail - page 2 sur 3

**Marie BOURRIGAN**

07 86 34 16 72

marie@cohestim.com

**Intra** : Nous consulter

**Inter** : 2 200,00 € par participant

Le prix comprend le profil Process Communication® et le bilan InterQualia® de situation et de développement professionnels, faisant chacun l'objet d'un rapport de 40 pages environ.

Eligible au CPF

**Entreprendre, coopérer. Vivez l'expérience !**

**Elycoop** - SCOP SA à capital variable - SIRET : 429 851 637 00034 - 429 851 637 RCS Lyon - APE :7022Z

Pôle Pixel - Bâtiment B - 26 Rue Emile Decorps 69100 VILLEURBANNE -04.72.81.96.01 - contact@elycoop-formation.fr - 04.72.81.95.84

Les actions de formation professionnelles continues sont exonérées de TVA - Organisme de formation enregistré n° 82 69 0684469

RIB -Crédit Coopératif 42559 - Guichet00011 - Compte21006660206 - Clé47

PGWBilanComp-Bilan de compétences - Profil Process Communication Model® - Flow au travail - page 3 sur 3