BILAN DE COMPÉTENCES

(Re)devenez acteur de votre vie professionnelle

Le bilan de compétences permet d'analyser vos compétences personnelles et professionnelles, vos aptitudes et vos motivations, afin de définir un projet professionnel solide, réaliste et réalisable et, le cas échéant, un projet de formation. L'accompagnement combine les outils du bilan de compétences et les méthodes du coaching : vous trouvez vos propres réponses, je ne décide pas à votre place.

Déroulé du parcours — 15 heures en 7 séances

Séance 0 — Comprendre la démarche (phase préliminaire) — 1 h, offerte
Recueillir les éléments utiles sur votre situation, vous expliquer la démarche et valider votre besoin.

Séance 1 — Définir les objectifs (phase d'investigation) — 2 h
Poser le cadre, retracer et analyser votre parcours, déterminer vos attentes sous forme d'objectifs et de critères de mesure.

Séance 2 — Faire l'inventaire de ses compétences — 3 h
Inventaire de vos compétences, savoir-être et savoir-faire, et de vos réalisations marquantes (courbe de vie).

Séance 3 — Mieux se connaître et se comprendre — 2 h
Personnalité, besoins psychologiques, valeurs et motivations, à partir d'un inventaire de personnalité et d'apports en analyse transactionnelle.

Séance 4 — Identifier des pistes d'évolution — 2 h
Métiers et pistes possibles, atouts et freins, compétences transférables, confrontation aux opportunités réelles.

Séance 5 — Penser et écrire son projet — 2 h
Préciser vos attentes, définir des options conformes à vos forces, travailler votre identité professionnelle.

Séance 6 — Concrétiser son projet — 2 h
Étapes et échéances de mise en œuvre, risques d'auto-sabotage, alternatives.

Séance 7 — Finaliser son plan d'action (phase de conclusion) — 2 h
Valider le projet, identifier les besoins de formation et de financement, remise du document de synthèse.

Suivi — Entretien à 6 mois — 1 h, inclus
Mesurer la mise en œuvre du projet et lever d'éventuels blocages.

Entre les séances : exercices personnalisés et pistes de réflexion. Après chaque séance : compte rendu écrit des contenus et outils abordés.

Informations pratiques

Public et prérequis
Tout public. Aucun prérequis.

Durée et rythme
15 heures d'accompagnement individuel, sur 8 à 12 semaines. Séances espacées de 10 à 15 jours.

Modalités pédagogiques
Au choix : 100 % présentiel (Bordeaux), mixte présentiel / distanciel (Paris) ou 100 % distanciel. Séances interactives : apports, exercices pratiques, mises en situation.

Modalités et délais d'accès
Premier entretien gratuit sous 7 jours après votre prise de contact. Démarrage en moyenne 2 à 4 semaines après. Financement CPF : 11 jours ouvrés minimum entre l'inscription sur Mon Compte Formation et le démarrage. Financement employeur ou OPCO : après accord de prise en charge.

Modalités d'évaluation et de suivi
- Objectifs et critères de mesure définis en séance 1, réexaminés en fin de bilan
- Compte rendu écrit après chaque séance
- Document de synthèse confidentiel remis en séance 7
- Questionnaire de satisfaction en fin de bilan
- Entretien de suivi à 6 mois et questionnaire à froid

Tarif
2 500 €, exonéré de TVA (article 261-4-4° a du CGI), pour 15 heures. Séance 0 offerte, suivi à 6 mois inclus.

Financement
CPF : prise en charge plafonnée à 1 600 € pour un bilan de compétences, dans la limite de vos droits. Reste à charge d'au moins 900 €, plus la participation forfaitaire obligatoire fixée par l'État, sauf exceptions. Autres financements : employeur (plan de développement des compétences), cofinancement CPF et employeur, financement personnel.

Accessibilité
Prestation accessible aux personnes en situation de handicap : signalez vos besoins dès le premier contact pour étudier les adaptations (rythme, distanciel, supports, accompagnement par un tiers). Le cabinet de Bordeaux n'est pas accessible aux personnes à mobilité réduite : distanciel ou lieu accessible proposé. Référente handicap : Stéphanie Bertacchini — 06 51 49 49 75.

Nos résultats — bilans réalisés en propre
- Du 1er janvier 2025 au 30 octobre 2026 (mis à jour le 3 novembre 2026)
- Satisfaction : 100 % — satisfaits ou très satisfaits / questionnaires retournés
- Réalisation complète : 100 % — bilans menés jusqu'à la synthèse / bilans démarrés
- Suivi à 6 mois : 100 % — entretiens réalisés / bénéficiaires ayant terminé depuis plus de 6 mois

Votre accompagnante

Stéphanie Bertacchini — ancienne avocate au Barreau de Paris (droit du travail), executive coach certifiée HEC Paris, certifiée DISC, psychopraticienne en analyse transactionnelle, formée à l'accompagnement de l'épuisement professionnel. Intervenante pour le compte d'autres organismes : plus d'une centaine de bilans individuels avec Deinceps et plus de 1 000 bénéficiaires en bilans collectifs avec le CNB et le Barreau de Paris (non inclus dans les indicateurs ci-dessus).

Contact : 06 51 49 49 75 — sbe-psycoach.com — Bordeaux / Paris

Certification qualité Qualiopi délivrée au titre des catégories d'actions suivantes : actions de formation et bilans de compétences. Programme mis à jour en novembre 2026.