

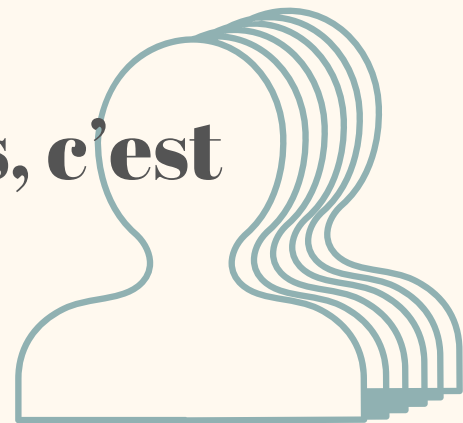
3 mois

**Pour reprendre
le pouvoir sur ta vie pro**



**LE BILAN DE COMPÉTENCES
par Améli'ore Coaching**

Un bilan de compétences, c'est pour qui?



- 1.** Que vous soyez en poste ou demandeur/demandeuse d'emploi, vous vous sentez perdu.e dans votre vie professionnelle et souhaitez définir un nouveau projet professionnel.
- 2.** Vous avez besoin de valider votre projet professionnel parce que vous n'êtes pas 100% sûr.e de vous.
- 3.** Vous savez le tournant que vous voulez donner à votre carrière, mais vous ne savez pas par quoi commencer pour vous lancer.
- 4.** Vous sentez que quelque chose ne va pas dans votre situation professionnelle (équilibre vie pro - vie perso, reconnaissance, rémunération, surmenage, stress, etc.) et vous souhaitez comprendre et identifier des solutions.
- 5.** Vous souhaitez faire un point sur vos compétences, reprendre confiance et identifier de nouvelles opportunités professionnelles.



Une approche non-conventionnelle qui change la donne



Le constat est simple : les bilans de compétences conventionnels qui vous apportent les recommandations d'un.e consultant.e en carrière ou d'un.e conseiller.e d'orientation ne fonctionnent pas.

Parce que la bonne décision sur la direction à donner à votre vie pro, ce n'est pas celle qui vous est recommandée par votre entourage, une personnes extérieure ou vos collègues.

C'est celle que vous prendrez en vous écoutant, VOUS.

Celle qui reflètera qui vous êtes vraiment, sous les "il faut" et les "je dois" qui vous éloignent de votre personnalité authentique.

C'est pourquoi dans cet accompagnement **je refuse de vous enfermer dans une nouvelle case.** Au contraire, mon objectif est de vous donner la confiance et la conviction que vous avez le pouvoir de prendre des décisions PAR VOUS-MEME ET POUR VOUS, afin de changer votre vie.

Mon objectif

Vous accompagner à créer la vie professionnelle qui vous ressemble

Parce que l'humain fait toute la différence, vous aurez 16h d'accompagnement en sessions individuelles et une possibilité de joindre votre coach en interséance.



Un accompagnement construit entièrement sur-mesure pour s'adapter à VOTRE singularité. Ici, pas de plateforme rigide ni de programme standard !

Parce que sans confiance en soi, on s'enferme dans des mécanismes d'auto-sabotage, l'accompagnement comprend de nombreux outils pour travailler en parallèle votre confiance en vous, dépasser vos blocages et vos peurs.

Alors comment ça se passe un bilan de compétences ?

16 h d'accompagnement individuel sur 3-4 mois en présentiel avec votre coach au cabinet de Rezé ou en visio.

1 rdv de suivi d'1h 6 mois après la fin du bilan

2h en moyenne de travail personnel entre chaque séance sur un document de travail partagé sur Google Drive

Phase d'introspection

Remettez-vous au centre de la réflexion, reconnectez-vous à vos envies, besoins valeurs et attentes.

Détachez-vous de la peur du jugement des autres.

Comprenez vos schémas répétitifs et ce qui provoque vos déceptions et pertes de motivation.

Repérez vos savoir-faire et compétences transversales. Apprenez à vous voir à votre juste valeur et à présenter vos atouts.

Identifiez vos critères d'épanouissement au travail, vos sources d'intérêts et de motivation.

Phase d'exploration

Listez les formats et environnements de travail adaptés à votre personnalité, et apprenez à repérer les signaux d'alerte positifs et négatifs.

Définissez les pistes potentielles et ouvrez les perspectives.

Mettez en place une méthode de validation et d'élimination des pistes identifiées.

Phase de validation

Confrontez vos peurs et mesurez les risques réellement engagés.

Créez un plan d'action clair et un budget pour mettre en place votre projet.

Mobilisez vos ressources pour candidater, vous former ou vous lancer dans l'entrepreneuriat.

Par qui serez vous accompagné.e ?



15 années d'expérience dans le commerce

Manager d'une grande enseigne de décoration pendant 5 ans

Certifiée coach professionnelle en 2020 par Linkup Coaching - RNCP 7

Formée à la Programmation Neuro Linguistique par Loic Salvado

Spécialisée dans l'alignement et l'épanouissement professionnel et personnel

Coach pour les particuliers, les dirigeants et les équipes

Supervisée mensuellement par un collectif de coachs, thérapeutes et mentors

120 personnes accompagnées à reprendre le pouvoir sur leur vie professionnelle, soit 1800 heures de coaching et d'accompagnement

Praticienne hypnose SAJECE

Maman solo et entrepreneure épanouie

Le programme

*Du bilan de
compétences*

24h dont 16h de rendez vous individuels avec votre coach
(8 rdv de 2h espacés d'une à 2 semaines selon vos besoins)

Un document de travail dédié et personnalisé

Des exercices à faire en intersessions pour avancer en autonomie

La remise d'une synthèse en format PDF

Des tests de personnalité sur la plateforme Central Test

Accès aux ressources de fiches métiers et méthodes d'exploration

Assistance par whatsapp/mail : réponse sous 24 heures

1 rdv de suivi d'une heure à +6 mois de la fin du bilan

**Financement
CPF**

1980 €

**Financement
Fonds propres**

1590 € *

*Possibilité de règlement 3X sans frais
3 x 530 euros - échelonné sur 3 mois

Des questions ?

amelie@ameliorecoaching.fr

06.30.76.97.12

