BILAN DE COMPÉTENCES

avec le Process Communication Model®

Clarifiez qui vous êtes. Construisez ce qui vous ressemble.

Informations essentielles

Durée totale	Tarif	Modalité	Délai d'accès
13 heures	**2 200 € TTC**	**100 % en ligne**	**Dès 10 jours**
Réparties sur 3 phases obligatoires	Finançable CPF	Visioconférence confidentielle	Après entretien préalable gratuit

Financement CPF	Ce bilan est éligible au **Compte Personnel de Formation (CPF)**. Le plafond de prise en charge CPF est fixé à **1 600 € depuis février 2026**. Le coût de ce bilan étant de 2 200 € TTC, un **reste à charge de 600 € TTC** sera demandé au bénéficiaire, sauf abondement complémentaire (employeur, OPCO, Transitions Pro…).

Accès direct à la fiche de formation CPF : www.moncompteformation.gouv.fr (code formation : 94951841900013_012023)

À qui s'adresse ce bilan ?

Ce bilan s'adresse à **toute personne active** — salarié(e), indépendant(e), demandeur(euse) d'emploi — qui souhaite faire le point sur son parcours et construire un projet professionnel aligné avec qui elle est vraiment. **Aucun prérequis de niveau ou de diplôme n'est exigé.**

→ Redonner du sens a votre carriere	→ Explorer une reconversion sereine
→ Prendre de nouvelles responsabilites	→ Retrouver confiance et elan professionnel
→ Vous repositionner en interne	→ Concilier projet de vie et projet de carriere
→ Preparer une evolution vers un nouveau secteur	→ Construire un plan d'action concret et realiste

Objectifs du bilan

1	**Analyser vos competences professionnelles et personnelles** Identifier vos aptitudes, savoir-faire transferables et savoirs acquis au fil de votre parcours.
2	**Clarifier vos motivations profondes et vos besoins essentiels** Grace au PCM(R), comprendre votre fonctionnement interieur, vos sources d'energie et vos zones d'epuisement.

3	**Definir un projet professionnel realiste et valide** Construire 1 a 2 projets concrets, explores et valides par des enquetes terrain aupres de professionnels.
4	**Elaborer un plan d'action personnalise** Repartir avec une feuille de route claire, des etapes identifiees et les ressources pour avancer avec confiance.

Programme — Les 3 phases réglementaires

1 Phase préliminaire — Analyse du besoin et co-construction

Duree : 1 a 2 heures

- Entretien d'analyse de votre parcours (formation, professionnel, extra-professionnel)
- Clarification de vos attentes, objectifs et besoins a court et moyen terme
- Confirmation de votre engagement dans la demarche
- Co-construction d'un programme personnalise adapte a votre situation
- Signature de la convention de prestation et du document deontologique

Livrables Programme personnalise co-signe — Convention de prestation

2 Phase d'investigation — Le coeur du bilan

Duree : 8 a 9 heures

- Module 1 — Debrief de votre profil de personnalite PCM(R) (questionnaire fourni)
- Module 2 — Connaissance de soi : traits, competences, savoirs transferables
- Module 3 — Motivations profondes, valeurs, besoins et croyances limitantes
- Module 4 — Formalisation de 1 a 2 projets professionnels
- Module 5 — Enquetes terrain et validation des projets aupres de professionnels

Livrables Profil PCM(R) personnalise (30 pages) — Rapport de competences

3 Phase de conclusion — Votre cap est pose

Duree : 1 a 2 heures

- Synthese des resultats du bilan et des competences identifiees
- Presentation et co-redaction du document de synthese
- Construction du plan d'action personnalise avec etapes et ressources
- Remise du document de synthese (confidentiel — remis au seul beneficiaire)

Livrables Document de synthese confidentiel — Plan d'action personnalise

Suivi a 6 mois — Inclus	Un entretien individuel de suivi est realise 6 mois apres la fin du bilan. Il permet de faire le point sur les avancees de votre projet, d'identifier les ajustements necessaires et de valider l'atteinte de vos objectifs a long terme.

Méthodes et outils mobilisés

Process Communication Model(R)

Outil psychologique valide scientifiquement, developpe par le Dr Taibi Kahler. Identifie 6 types de personnalite et leurs besoins fondamentaux. Utilise depuis plus de 40 ans, notamment par la NASA. Livraison d'un profil personnalise de 30 pages.

Autres outils inclus

Questionnaire 360(R) — Grilles d'exploration des competences Questionnaires de valeurs et de motivations Enquetes metier et investigations terrain Synthese ecrite du bilan (document confidentiel)

Ce que vous obtiendrez à l'issue du bilan

- → Une connaissance approfondie de votre personnalite, vos forces et vos motivations (profil PCM(R))
- → Une vision claire et realiste de votre projet professionnel
- → Un regain de confiance et de clarte interieure
- → 1 a 2 projets valides avec enquetes terrain aupres de professionnels du secteur
- → Un plan d'action concret et personnalise pour passer a l'etape suivante
- → Un document de synthese ecrit, confidentiel, remis au seul beneficiaire

Votre accompagnatrice

Farnaz Jeantils

Coach & Formatrice — Fondatrice de Cap Performance Coaching

Coach-formatrice certifiee RNCP, specialiste en orientation et transition de carriere Formatrice certifiee Process Communication Model(R) (PCM) Specialiste de l'approche systemique de Palo Alto — Praticienne PNL 15 ans d'experience en management interculturel en entreprise

Certifie Qualiopi

Actions de formation & Bilan de competences

Eligible CPF

Code 202 Bilan de competences

Accessibilité — Personnes en situation de handicap

Referent handicap	Farnaz Jeantils — contact@capperformancecoaching.fr — +33 6 63 21 13 68 Le bilan se deroule 100 % en ligne (visioconference), ce qui facilite l'acces aux personnes a mobilite reduite ou geographiquement eloignees. Des adaptations specifiques peuvent etre mises en place sur demande (rythme, duree des seances, outils alternatifs) en fonction de votre situation. N'hesitez pas a nous contacter avant de vous engager.

Modalités pratiques

Format	Delais et conditions	Confidentialite
100 % en ligne (visioconference) Seances individuelles	Demarrage au plus tot 10 jours apres l'entretien prealable	Cadre strictement confidentiel Resultats remis au seul beneficiaire

Pret(e) a faire le point ? Un premier echange de 30 minutes, offert et sans engagement.
contact@capperformancecoaching.fr | +33 6 63 21 13 68 | www.capperformancecoaching.fr

Programme mis a jour en avril 2026 — Sous reserve de modifications reglementaires.