

PROGRAMME DE FORMATION :

REALISER SON CHECK-UP COMPETENCES

Objectifs :

- ✓ Faire le point sur ses compétences
- ✓ Se projeter dans l'avenir en définissant un projet professionnel « viable »
- ✓ Identifier les compétences discriminantes
- ✓ Identifier ses compétences préférées
- ✓ Faire sa veille métier

Public :

- ✓ tout salarié qui souhaite faire le point sur ses compétences
- ✓ aux séniors qui souhaitent faire le point avant d'entamer leur seconde partie de carrière

Durée :

- ✓ 1 jour

Animateur :

- ✓ Consultant Cegos

Méthodes pédagogiques :

- ✓ Cours théoriques, travaux dirigés, études de cas

Pré-requis :

- ✓ Chaque participant devra compléter un questionnaire de repérage de ses compétences préalablement à la session

Méthodes d'évaluation :

- ✓ Tour de table

Programme :

- ✓ **Mieux connaître ses compétences professionnelles**
 - Faire l'inventaire de ses compétences : savoir-faire technique, compétences transversales, compétences-clés
 - Identifier ses activités RARR
 - La boussole pour me guider sur mon parcours professionnel
- ✓ **Faire le point sur ses valeurs et motivations professionnelles**
 - Repérer les activités qui nous attirent
 - Repérer ses valeurs professionnelles
 - Identifier les activités qui nous conviennent
- ✓ **Organiser sa veille métier**
 - Savoir où chercher de l'information sur les métiers
 - Comparer compétences requises et compétences acquises
 - Avoir les infos de base sur la VAE, le bilan de compétences, le CIF et le DIF
- ✓ **Se préparer à changer**
 - Analyser les risques + et - du changement
 - Réfléchir à la stratégie pour obtenir une mobilité
 - Préparer son entretien de candidature interne ou externe