

Bilan de compétences

En avant vers un métier aligné

Certifiante

Formation continue.

Réf. : 25179194F — Mise à jour : 6 mars 2026

Organisme responsable : **COLORE TA VIE**

Contenu

Objectifs

Outils ludiques et plan d'action concret pour bâtir un projet aligné et épanouissant. Personnes hypersensibles et atypiques en quête d'un projet professionnel épanouissant.

- Explorer et comprendre son parcours, ses compétences et ses valeurs fondamentales
- Identifier et dépasser ses croyances limitantes et ses peurs liées au changement
- Définir une nouvelle identité professionnelle alignée avec ses aspirations profondes
- Explorer des pistes de métiers et de reconversion en lien avec son Ikigai
- Élaborer un plan d'action concret et stratégique pour une transition réussie

Programme

Partie 1 : Phase préliminaire

- La lettre d'engagement pour une reconversion alignée
- La ligne de vie professionnelle

Partie 2 : La phase d'investigation - construction et pertinence du projet professionnel

- Phase 1 : Exploration intérieure
 - 1- L'Arbre de Vie - Identifier ses forces, expériences et aspirations à travers un outil symbolique. - Prendre conscience de son parcours et de ses ressources personnelles. - Gagner en clarté sur son identité et ses objectifs de vie.
 - Exercice d'approfondissement : Mandala des Valeurs - Explorer et structurer ses valeurs profondes de manière intuitive et créative. - Comprendre l'importance des valeurs dans ses choix de vie et professionnels. - Aligner ses décisions avec ses valeurs pour un mieux-être global. - Renforcer la connexion avec ce qui est essentiel et motivant. - Aider à visualiser ses valeurs de manière concrète et compréhensible.
- Phase 2 : Déconstruction des blocages
- Phase 3 : Définition d'une identité professionnelle
- Comment réseauter efficacement pour saisir des opportunités professionnelles ?
- Définir sa feuille de route professionnelle et ses prochaines étapes

Certifications préparées et métiers visés

Niveau d'entrée

Aucun prérequis

Niveau de sortie

Sans niveau spécifique

Liste des certifications

Bilan de compétences

Dates et lieux de formation

N° session	Modalité	Lieu	Du	Au
2087501	Présentiel	Noyal-Muzillac	22/09/2025	22/09/2026

Source : GREF Bretagne #25179194F