

Bilan de compétences pour les profils atypiques 22h

(Hypersensibles, HPI, multi potentiels, TDAH)

Objectifs :

Vous permettre d'avancer avec clarté, confiance et sérénité vers un projet professionnel qui vous ressemble.

Profil des apprenants :

Ce bilan de compétences sur-mesure est conçu spécialement pour les profils atypiques : hypersensibles, HPI, multi potentiels, TDAH. [Pas besoin d'avoir un diagnostic officiel : il s'adresse à toutes les personnes qui se reconnaissent dans ces fonctionnements et qui souhaitent remettre du sens et de l'équilibre dans leur vie professionnelle].

Pré-requis : Aucun

Accessibilité :

Formation ouverte aux personnes en situation de handicap : un référent handicap étudiera les adaptations pouvant être mises en place pour vous permettre de suivre la formation.

Compétences visées :

- développer votre potentiel
- développer votre confiance en soi.
- relier des points, expériences, envies, attentes entre elles.

Modalités et Délais d'accès :

Un devis avec un programme sur-mesure sera élaboré suite à un entretien préalable et l'analyse de vos besoins.

L'accès à la formation est soumis au délai d'acceptation des financeurs et du temps de traitement de la demande : 7 jours à 2 mois selon le mode de financement.

Ressources pédagogique

- Livret de progression personnalisé regroupant les outils, exercices et réflexions du bilan.
- Tests et analyses
- Document de synthèse complet remis en fin de parcours, retraçant le cheminement, les découvertes et le plan d'action.

Le consultant reste joignable entre les séances (par téléphone ou e-mail)

Dispositif de suivi et d'évaluation

À la fin de chaque séquence, un exercice et un document de synthèse récapitulent le bilan, les compétences, le plan d'action et le projet du bénéficiaire.

Ce document est confidentiel et transmis uniquement avec l'accord du bénéficiaire, ou au CEP sur demande.

Un suivi est proposé à 6 mois, avec mesure de satisfaction et traçabilité via livret, émargements et attestations.

Bilan de compétences pour les profils atypiques 22h

contenu de la formation

Séance 1

- Clarifier la demande, le besoin et la situation professionnelle actuelle
- Présenter le cadre du bilan de compétences Alterinno
- Définir les objectifs du bilan et les modalités de déroulement
- Formaliser un objectif SMARTER
- Co-construction du planning d'accompagnement

Séance 2

- Analyse du fonctionnement neuroatypique
- Test hypersensibilité (ou outil équivalent)
- Identification des forces et points de vigilance
- Compréhension des mécanismes de surcharge, suradaptation, fatigue

Séance 3

- Analyse de la gestion de l'énergie
- Rythmes, limites, besoins physiologiques et émotionnels
- Identification des environnements de travail favorables

Séance 4

- Identification des leviers de motivation
- Ce qui nourrit l'engagement et le sens
- Ce qui génère démotivation ou désengagement

Séance 5 :

- Mise en lumière des compétences (savoir, savoir-faire, savoir-être)
- Identification des talents naturels
- Travail sur la reconnaissance et la valorisation des ressources internes

Séance 6

- Clarification des valeurs fondamentales
- Compréhension de la contribution professionnelle souhaitée
- Cohérence entre valeurs personnelles et projet professionnel

Séance 7

- Travail sur la posture professionnelle
- Légitimité, place, rôle dans le monde du travail
- Projection à moyen et long terme
- Identification des freins internes et leviers de sécurisation

Séance 8

- Analyse des scénarios professionnels possibles
- Mise en cohérence aspirations / contraintes (temps, finances, mobilité)
- Sélection des pistes réalistes et soutenables
- Construction IKIGAI/boussole professionnelle

Séance 9

- Définition des étapes de mise en œuvre
- Planification progressive
- Anticipation des points de vigilance

Séance 10


- Traduire le projet professionnel en actions concrètes et structurées
- Sécuriser la mise en œuvre du projet dans le temps
- Adapter le plan d'action au fonctionnement et au rythme du bénéficiaire

Séance 11 :

- Restitution complète du bilan
- Remise du document de synthèse confidentiel
- Validation du projet professionnel et du plan d'action

Rendez-vous de suivi

- Suivi du projet à + 6 mois - 30 min

 **Durée, date, lieu, tarifs :**

Durée : 22h (2 à 6 mois)

Lieu : L'Herbergement, à distance ou mixte

Tarifs : 2750 EUR