Bilan de compétences

(Cadres) PROpul'Sens PREMIUM + (EQ-I)

Certifiante | Formation continue

Réf. : 25181763F — Mise à jour : 6 mars 2026

Organisme responsable : **FILEO CONSEIL**

Présentation de la formation

Objectifs

À l'issue de ce bilan, vous avez une vision claire de l'orientation à donner à votre carrière.
- Identification de vos points forts et de vos axes d'amélioration
- Valorisation de vos connaissances et de votre expérience
- Identification de votre profil de manager / votre potentiel de leadership
- vos forces de caractère et de votre niveau d'intelligence émotionnelle (IE).
- Positionner vos centres d'intérêts et vos leviers motivationnels
- Étudier la faisabilité des projets professionnels repérés
- Etablir un plan d'action pour avancer dans la réalisation de votre projet défini.

Pour vous aider à réaliser cette transition, PROpul'sens met à votre disposition une méthode d'accompagnement unique. Cette méthode, qui allie le pragmatisme à la sensibilité, vous guide vers votre prochain niveau de réussite et de sens. Et pour rendre cette transformation aussi profonde que durable, elle prend en compte les trois dimensions essentielles de l'être humain : le physique, le mental et l'émotionnel.
Dans ces perspectives, le bilan de compétences se décline autour de 3 principes fondamentaux :
1 - Connaissance de soi et individualité - unicité
2 - Valorisation, Renforcement, Développement des Compétences, IE
3 - Excellence et Performance

Programme

Dans le monde professionnel d'aujourd'hui, nombreux sont les cadres, dirigeants, managers et porteurs de projets qui cherchent à donner du sens à leur carrière. Conscients de cette réalité, nous avons élaboré au Cabinet PROpul'sens le Bilan PROpul'Sens-Cadres : PREMIUM+
Cet outil unique est conçu pour aider à naviguer dans le labyrinthe de sa carrière professionnelle en toute confiance et réussir à mettre en oeuvre de façon cohérente, pérenne et optimale un projet professionnel solide et motivant.
Cet accompagnement comprend :
- 3 mois d'accompagnement
- une plateforme digitalisée, un outil de suivi efficace et des ressources métiers
- des tests de personnalité (RIASEC - FORCES - 16 personnalités MBTI – leadership EQ-i...)
- une approche systémique, intégrative et centrée sur la personne
- un projet professionnel construit avec enquêtes de terrain et mise en relation
- un plan d'action sur mesure et réalisable
- un "mind set" positif et confiant

L'organisation du bilan de compétences peut s'adapter en durée et en contenu aux caractéristiques de la personne et aux objectifs du bilan. Le bilan se déroule sur une alternance de séances (en face à face / ou à distance), de temps de travail

personnel, de passation de tests si besoin et de temps d'enquête sur le terrain.
ETAPE 1 : phase préliminaire d'accueil et d'information
• Information sur le bilan de compétences,
• Présentation des étapes et du processus,
• Accueil de la demande et analyse de vos besoins,
• Confirmation de votre engagement volontaire
ETAPE 2 : phase d'exploration Connaissance de soi
•Etude des expériences,
•Etude des compétences acquises et transférables,
• Etude des capacités d'évolution (management/leadership/forces)
• Etude sur le sens et l'identité, (intelligence émotionnelle EQ-i/valeurs/personnalité)
• Etude des motivations, L'environnement socio-professionnel
• Etude sur les métiers,
• Etude sur les fonctions,
• Etude sur les secteurs d'activités,
• Mobilité géographique, Projet professionnel
• Etude des conditions de travail,
• Etude des intérêts professionnels,
• Etude des contraintes – refus - envies
• Etude des acquis
• Réalisation du portrait professionnel

ETAPE 3 : phase de conclusion Vers la réalisation d'un projet professionnel
• Détermination des projets d'évolution professionnelle,
• Vérification de la faisabilité des projets,
• Etude des entreprises et du marché du travail
• Détermination des étapes de la mise en oeuvre et réflexion projet
• Plan d'action à court, moyen et long terme,
• Remise au bénéficiaire d'un document de synthèse confidentiel

Certifications préparées et métiers visés

Niveau d'entrée	Niveau de sortie
Aucun prérequis	Sans niveau spécifique

Liste des certifications

Bilan de compétences

Dates et lieux de formation

N° session	Modalité	Lieu	Du	Au
2092998S	Mixte	Lanester	03/10/2025	31/12/2026

Source : GREF Bretagne #25181763F