



BOITE À OUTILS

pour l'accompagnement à la recherche d'emploi

Catherine Blairon - Evelyne Chahrour - Yves Martin-Delage -
Véronique Passot - Claude Pistre

1. MENER UN ACCOMPAGNEMENT

2. DEMARCHES PREALABLES A LA RECHERCHE D'EMPLOI

3. LE BILAN PERSONNEL ET PROFESSIONNEL

C'est la première étape de la recherche d'emploi. Elle est primordiale même si cela peut paraître fastidieux. Cet auto-bilan permettra au candidat de banaliser sa recherche, d'y poser des limites et peut-être de découvrir d'autres possibilités.

Au cours de cette réflexion, il va définir:

- *ce qu'il a fait*
- *ce qu'il sait faire*
- *ce qu'il aime faire*
- *les traits essentiels de sa personnalité.*

3.1 Le bilan de compétences (réglementé)

La liste des centres inter-institutionnels de bilans de compétences (CIBC, adresses disponibles sur le **site de BAE** et des organismes agréés au titre du congé individuel de formation (FONGECIF, certains OPCA de branche) est disponible à la DIRECCTE ou auprès de France Travail.

Le bilan de compétences est une aide personnalisée sous forme de diagnostic dans le but de faire un point précis de ses compétences professionnelles et de son savoir-faire.

Cela permet aussi d'apprendre à mieux se connaître, d'être davantage en phase avec ses aspirations et pourquoi pas, de décider d'une nouvelle orientation.

Le bilan de compétences dure de 15 à 24 heures, généralement réparties sur 5 à 8 semaines.

Il se déroule en 3 étapes :

- la phase préliminaire, qui vise notamment à faire le point sur les besoins du bénéficiaire
- la phase d'investigation, au cours de laquelle seront analysés les motivations, intérêts et compétences du bénéficiaire
- et la phase de conclusion, mise à profit pour faire le point sur les possibilités du bénéficiaire

On réalise un bilan de ses compétences grâce à des outils tels que : des tests d'intelligence et d'aptitudes spécifiques, des tests d'aptitudes professionnelles, des tests de connaissances, des tests de personnalité, des tests d'intérêt...

Les résultats détaillés du bilan, rassemblant l'analyse et la synthèse de ses compétences et aptitudes, de ses perspectives d'évolution et de son projet professionnel ainsi que, éventuellement, de son projet de formation, sont remis au bénéficiaire au cours de la phase de conclusion.

Ils ne peuvent être communiqués à personne d'autre sans son autorisation.

Leur financement :

S'il est à l'initiative de l'entreprise, le Bdc est financé par celle-ci dans le cadre du plan de formation.

S'il est à l'initiative du salarié, il peut être financé par l'entreprise, par l'Organisme paritaire collecteur agréé (OPCA) de sa branche professionnelle (généralement le Fongecif) dans le cadre du DIF (Droit Individuel à la Formation) ou autofinancé par le salarié lui-même.

Les demandeurs d'emploi peuvent obtenir un financement de la part de France Travail, de l'APEC, de la Mission Locale (moins de 26 ans), ou du Conseil Régional.

Le Bilan de Compétence Approfondie (BCA)

C'est le bilan de compétences destiné aux demandeurs d'emploi indemnisés ou non. Il est prescrit par un conseiller France Travail dans le cadre d'un projet personnalisé d'accès à l'emploi (PPAE). Il a pour objectif de permettre aux demandeurs d'emploi rencontrant des difficultés d'embauches de faire le point et de redéfinir leur projet professionnel.

3.2 Comment faire travailler le candidat lui-même sur son bilan personnel et professionnel ?

Voici une proposition d'exercice à lui donner :

« Prenez du temps, isolez-vous et notez :

- Votre parcours de formation
- Vos connaissances et savoir-faire que vous aimeriez utiliser professionnellement
- Ce que vous aimez faire (dans votre métier, dans les entreprises où vous avez travaillé, dans vos loisirs)
- Écrivez cinq de vos réalisations les plus probantes
- Décrivez votre manière de travailler (en solo, en équipe, en indépendant, en étant entouré...)
- Ce que vous aimez et n'aimez pas dans votre vie au quotidien (lister les contraintes personnelles et familiales dont vous devez tenir compte)

Vous pouvez vous aider des schémas, des tableaux et des questionnaires que nous proposons dans les pages suivantes.

Remplissez ce tableau en inscrivant tout ce que vous avez acquis pendant vos études (étapes, durée, niveau, diplômes, mémoires, stages...) et vos expériences professionnelles en termes de :

SAVOIR : Ce que l'on sait Connaissances		SAVOIR-FAIRE : Ce que l'on est capable de faire Techniques et compétences		SAVOIR-ETRE : Ses traits de personnalité dans les relations avec les autres	
Points forts	Points faibles	Points forts	Points faibles	Points forts	Points faibles

Notez pour chaque expérience que vous avez eue :

Les caractéristiques de l'entreprise :

- ✓ Le nom de l'entreprise
- ✓ Le type de société
- ✓ Son secteur d'activité
- ✓ Le type de produits ou de services proposés
- ✓ Votre niveau hiérarchique
- ✓ La taille de l'entreprise et son chiffre d'affaires

La durée de votre collaboration :

- ✓ Date
- ✓ Comment avez-vous été amené à travailler dans cette entreprise?
- ✓ Quels ont été les motifs de votre départ?
- ✓ La durée de votre passage

La fonction occupée dans l'entreprise :

- ✓ Votre rémunération en incluant « salaire, part variable, commissions, avantages... »
- ✓ Décrivez la fonction que vous assuriez
- ✓ Vos responsabilités

• **Les formations continues**

Notez ce que cela vous a apporté, les dates, la durée, le nom de l'organisme de formation

- **Vos expériences extra professionnelles**

Vie associative : faites-vous partie d'une association, laquelle, quel est votre rôle en son sein, qu'est-ce que cela vous demande, qu'est-ce que cela vous apporte...

Vie culturelle : quels sont vos loisirs, que lisez-vous, êtes-vous abonnés à une revue technique, qu'est-ce que cela vous demande, qu'est-ce que cela vous apporte...

Vos différents types de compétences

Nous vous proposons de les classer en trois catégories :

LE SAVOIR

- ✓ Communiquer en anglais à tel niveau
- ✓ Connaître le marché de la machine-outil
- ✓ Connaître le marketing bancaire
- ✓ Connaître la comptabilité
- ✓ ...

LE SAVOIR-FAIRE

- ✓ Négocier en tant qu'acheteur de grandes surfaces
- ✓ Organiser un service comptable
- ✓ Implanter une filiale en Corée
- ✓ Rédiger un cahier des charges...

LE SAVOIR-ETRE

- ✓ Savoir écouter les autres
- ✓ S'impliquer dans une équipe
- ✓ ...

Dans les exemples ci-dessus vous pouvez remarquer que chaque catégorie de compétences n'exige pas les mêmes expériences, ni les mêmes connaissances. Certaines peuvent être accomplies par un débutant, d'autres exigent de la compréhension, de la création, de l'innovation.

3.3 Questions pour aider le candidat à faire le point !

Le bilan de sa formation

Invitez le candidat à dresser d'abord la liste de toutes les études qu'il a faites et des stages de formation auxquels il a participé.

Demandez-lui de se poser les questions suivantes :

- ✓ Dans les études que j'ai suivies, qu'est-ce qui me plaisait le mieux?
- ✓ Dans quelle matière est-ce que j'étais le plus à l'aise?
- ✓ Qu'est-ce qui me rebutait le plus?
- ✓ Est-ce que je préférais les études ou l'action? Ou les deux?
- ✓ Est-ce que je préfère le travail manuel ou le travail intellectuel?

Examinez de la même manière les stages en entreprise effectués en tant qu'étudiant :

- ✓ Est-ce que je me suis senti attiré par un métier particulier?

- ✓ Est-ce que j'aimais le travail en équipe?

Puis :

- ✓ Est-ce que je suis particulièrement fier d'actions accomplies pendant mes études ou pendant les stages?
- ✓ Dans quelle situation professionnelle pourrais-je retrouver cette fierté?
- ✓ Est-ce que j'ai des lacunes dans ma formation? Lesquelles?

Et en conclusion :

- ✓ Quelle formation aimerais-je suivre pour progresser dans mon métier / pour changer de métier?

Le bilan de l'expérience professionnelle

Pour chaque poste que vous avez tenu, posez-vous les questions suivantes :

- ✓ Est-ce que je m'y sentais à l'aise ou mal à l'aise? Pourquoi?
- ✓ Quels sont les difficultés et les échecs que j'ai eus? Pourquoi?
- ✓ Qu'est-ce que j'ai appris?
- ✓ Quels sont les satisfactions ou les succès que j'ai eus? Pourquoi?
- ✓ Dans quelles fonctions ai-je été le plus efficace?
- ✓ Dans quels domaines suis-je le plus compétent?
- ✓ Est-ce que j'aime commander? Suis-je facilement obéi?
- ✓ Est-ce que je supporte facilement la hiérarchie?
- ✓ Quelles étaient mes conditions de travail? (horaires, locaux, voisinage, etc....)? Quelles sont celles que je supporte le mieux? Le moins bien?
- ✓ Ai-je eu envie d'avoir la fonction d'une autre personne? Pourquoi?

En conclusion :

- ✓ Pour quel genre de travail est-ce que je suis le plus motivé?
- ✓ Qu'est-ce que j'aimerais faire maintenant?
- ✓ Quelle fourchette de salaire est acceptable pour moi (basé sur un budget objectif et non sur un rêve !)

Le bilan des expériences diverses de vie

Passer en revue toutes vos activités extra professionnelles :

- ✓ Est-ce que j'aime le sport? Pourquoi? Qu'est-ce que cela m'apporte?
- ✓ Est-ce que je participe à des associations? À des clubs?

- ✓ Est-ce que j'aime la compagnie? La solitude?
- ✓ Comment suis-je apprécié par mon entourage?
- ✓ Suis-je capable d'organiser des actions particulières? Lesquelles?
- ✓ Qu'ai-je réalisé dont je suis particulièrement fier?
- ✓ Est-ce que je souhaite privilégier ma vie de famille ou ma vie professionnelle? Quel serait un équilibre acceptable pour moi?
- ✓ Est-ce que j'aime les voyages?
- ✓ Est-ce que j'ai une bonne santé?
- ✓ Est-ce que j'aime le travail bien fait?
- ✓ Suis-je respectueux des règles?
- ✓ Suis-je très indépendant?
- ✓ Ai-je besoin de beaucoup de temps libre?

-> **questions ouvertes**

Et en conclusion :

- ✓ De quoi ai-je besoin dans ma vie pour être heureux?

Ce bilan peut être effectué au sein de l'atelier « **Valoriser mon potentiel** » avec BAE.

Evaluation en langues : il est à savoir que BAE propose un tel bilan sur RDV sur toutes les langues européennes. **Il existe une grille de référence cf annexes**

3.4 ECHELLE D'AUTO EVALUATION DES QUALITES

A l'intérieur de ces pages, vous trouverez un tableau; chaque case de ce tableau comporte deux qualités. Vous devez indiquer pour chacune de ces cases quelle est des deux qualités mises en comparaison, celle qui correspond le mieux à votre personnalité. Indiquez-la en encerclant le 1 ou le 2 pour chacune des cases, comme dans les exemples ci-dessous :

Exemple 1 :

Encerclez le 1 si vous pensez que vous êtes plus placide que malin

Placide 1	Malin 2
--------------	------------

Exemple 2 :

Encerclez le 2 si vous pensez que vous êtes plus serviable que positif

Positif 1	Serviable 2
--------------	----------------

Faites l'exercice de la même façon, en donnant votre opinion pour chaque case, **le plus rapidement possible !**

Continuer sur la page suivante...

	1	2	3	4	5
I	Accrocheur 1 Energique 2	Coopératif 1 Dynamique 2	Résolu 1 Efficace 2	Convaincant 1 Travailleur 2	Sûr de soi 1 Actif 2
II	Efficace 1 Sociable 2	Conciliant 1 Coopératif 2	Obstiné 1 Liant 2	Fin 1 Compréhensif 2	Plein d'assurance 1 Aimable 2
III	Compétitif 1 Tenace 2	Poli 1 Ferme 2	Constant 1 Opiniâtre 2	Subtil 1 Persévérant 2	Ambitieux 1 Résolu 2
IV	Actif 1 Habile 2	Compréhensif 1 Adroit 2	Décidé 1 Diplomate 2	Intéressant 1 Convaincant 2	Hardi 1 Persuasif 2
V	Dynamique 1 Ambitieux 2	Prévenant 1 Hardi 2	Ferme 1 Entreprenant 2	Souple 1 Indépendant 2	Indépendant 1 Sûr de soi 2
VI	Energique 1 Prudent 2	Affable 1 Réfléchi 2	Opiniâtre 1 Sérieux 2	Persuasif 1 Circonspect 2	Content de soi 1 Conscientieux 2
VII	Combatif 1 Gai 2	Liant 1 Joyeux 2	Détermine 1 Jovial 2	Diplomate 1 Enjoué 2	Audacieux 1 Bon-vivant 2
VIII	Efficace 1 Loyal 2	Aimable 1 Sincère 2	Persévérant 1 Honnête 2	Habile 1 Droit 2	Entreprenant 1 Franc 2
IX	Travailleur 1 Equilibré 2	Sociable 1 Stable 2	Tenace 1 Maître de soi 2	Adroit 1 Flegmatique 2	Ambitieux 1 Calme 2
	TOTAL DES 1	TOTAL DES 1	TOTAL DES 1	TOTAL DES 1	TOTAL DES 1

Suite...

6	7	8	9		
Sérieux 1	Gai 1	Sincère 1	Equilibré 1	TOTAL DES 2	TOTAL DES 1+2
Combatif 2	Accrocheur 2	Compétitif 2	Dynamique 2		
Prévoyant 1	Optimiste 1	Fidèle 1	Stable 1	TOTAL DES 2	TOTAL DES 1+2
Affable 2	Poli 2	Conciliant 2	Prévenant 2		
Raisonné 1	Enjoué 1	Honnête 1	Patient 1	TOTAL DES 2	TOTAL DES 1+2
Décidé 2	Constant 2	Obstiné 2	Déterminé 2		
Circonspect 1	Content de vivre 1	Droit 1	Bien contrôlé 1	TOTAL DES 2	TOTAL DES 1+2
Intéressant 2	Subtil 2	Fin 2	Souple 2		
Avisé 1	Insouciant 1	Naturel 1	Posé 1	TOTAL DES 2	TOTAL DES 1+2
Plein d'assurance 2	Audacieux 2	Content de soi 2	Ambitieux 2		
Réfléchi 1	Bon-vivant 1	Sincère 1	Calme 1	TOTAL DES 2	TOTAL DES 1+2
Mûr 2	Avisé 2	Raisonné 2	Prévenant 2		
Conscientieux 1	Joyeux 1	Loyal 1	Tranquille 1	TOTAL DES 2	TOTAL DES 1+2
Content de vivre 2	Insouciant 2	Optimiste 2	Spontané 2		
Prudent 1	Jovial 1	Vrai 1	Flegmatique 1	TOTAL DES 2	TOTAL DES 1+2
Vrai 2	Fidèle 2	Naturel 2	Sincère 2		
Mur 1	Spontané 1	Franc 1	Maître de moi 1	TOTAL DES 2	TOTAL DES 1+2
Bien contrôlé 2	Pose 2	Tranquille 2	Patient 2		
TOTAL DES 1	TOTAL DES 1	TOTAL DES 1	TOTAL DES 1		

Échelle d'auto évaluation - interprétation

- Compter le nombre de mots de la colonne 1 qui sont placés en haut de la case et que vous avez entourés.
- Compter le nombre de mots de la ligne I qui sont placés en bas de la case et que vous avez entourés.
- Additionner les deux chiffres (les 1 de la colonne 1 et les 2 de la colonne II). Entourez le nombre correspondant au total et reportez le dans la grille ci-dessous.
- Continuer :
Colonne 2 : Nombre de mots placés en haut à gauche (1)
+
Ligne II : Nombre de mots placés en bas à droite (2)
Etc ... jusqu'à la colonne 9 et la ligne IX
- Reliez les chiffres entre eux.
Exemple :
Les « 1 » de la ligne 1 + « 2 » de la colonne I = 9
Les « 1 » de la ligne 2 + « 2 » de la colonne II = 13
Les « 1 » de la ligne 3 + « 2 » de la colonne III = 5 ...

CRITERES	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
I – ACTIVITE Energie – dynamisme	0 à 3	4	5	6	7 à 8	9	10	11	12	13	14 à 17
II – SOCIABILITE Amabilité – Contacts sociaux	0 à 2	3	4	5	6 à 7	8 à 9	10	11	12	13	14 à 17
III – TENACITE Effort soutenu – Détermination	0 à 3	4	5	6	7	8	9	10	11 à 12	13	14 à 17
IV – INTELLIGENCE SOCIALE Relations humaines – Diplomatie	0 à 1	2	3 à 4	5	6 à 7	8 à 9	10	11	12	13	14 à 17
V – ASCENDANT Ambition – Confiance en soi	0 à 1	2	3 à 4	5 à 6	7	8 à 9	10	11	12	13	14 à 17
VI – MATURITE Réflexion – Recul – Circonspection - Analyse	0 à 4	5	6	7 à 8	9	10	11	12	13	14	15 à 17
VII – OPTIMISME Etre positif – Etre de bonne humeur	0	1	2	3	4	5 à 6	7 à 8	9	10	11 à 12	13 à 17
VIII – SINCERITE Franchise – Authenticité	0 à 3	4 à 6	7 à 8	9 à 10	11	12	13	14	15	16	17
IX – MAITRISE DE SOI Pondération – Savoir encaisser – Ne pas réagir	0 à 2	3	4	5	6 à 8	9	10 à 11	12	13 à 14	15	16 à 17

NOM :

DATE :

CRITERES	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
I – ACTIVITE Energie – dynamisme	0 à 3	4	5	6	7 à 8	9	10	11	12	13	14 à 17
II – SOCIABILITE Amabilité – Contacts sociaux	0 à 2	3	4	5	6 à 7	8 à 9	10	11	12	13	14 à 17
III – TENACITE Effort soutenu – Détermination	0 à 3	4	5	6	7	8	9	10	11 à 12	13	14 à 17
IV – INTELLIGENCE SOCIALE Relations humaines – Diplomatie	0 à 1	2	3 à 4	5	6	7 à 8	9	10 à 11	12	13	14 à 17
V – ASCENDANT Ambition – Confiance en soi	0 à 1	2	3	4	5 à 6	7	8 à 9	10	11 à 12	13	14 à 17
VI – MATURETE Réflexion – Recul – Circonspection - Analyse	0 à 4	5	6	7 à 8	9	10	11	12	13	14	15 à 17
VII – OPTIMISME Etre positif – Etre de bonne humeur	0	1	2	3	4	5	6 à 7	8	9 à 10	11 à 12	13 à 17
VIII – SINCERITE Franchise – Authenticité	0 à 3	4 à 6	7 à 8	9 à 10	11	12	13	14	15	16	17
IX – MAITRISE DE SOI Pondération – Savoir encaisser – Ne pas réagir	0 à 2	3	4	5	6 à 8	9	10 à 11	12	13 à 14	15	16 à 17

Axes de compétences vécues

Indiquer par une croix les compétences acquises au cours de votre expérience professionnelle :

Domaines	compétences vécues	
Technique Industrie	<input type="checkbox"/> Stratégie industrielle <input type="checkbox"/> Recherche fondamentale <input type="checkbox"/> Étude et mise au point <input type="checkbox"/> Fabrication <input type="checkbox"/> Qualité/contrôle <input type="checkbox"/> Organisation industrielle	<input type="checkbox"/> Conduite de chantier <input type="checkbox"/> Entretien/travaux neufs <input type="checkbox"/> Achat <input type="checkbox"/> Logistique ordonnancement <input type="checkbox"/> Après-vente <input type="checkbox"/> Méthodes
Commercial	<input type="checkbox"/> Stratégie <input type="checkbox"/> Marketing/étude <input type="checkbox"/> Développement <input type="checkbox"/> Vente <input type="checkbox"/> Administration des ventes <input type="checkbox"/> Achat <input type="checkbox"/> Administration des achats	<input type="checkbox"/> Produit <input type="checkbox"/> Publicité <input type="checkbox"/> Export <input type="checkbox"/> Import <input type="checkbox"/> Merchandising <input type="checkbox"/> Logistique commerciale <input type="checkbox"/> Transport <input type="checkbox"/> SAV
	<input type="checkbox"/> Action en milieu international	
Gestion Comptabilité	<input type="checkbox"/> Finances <input type="checkbox"/> Comptabilité générale <input type="checkbox"/> Comptabilité analytique <input type="checkbox"/> Contrôle de gestion <input type="checkbox"/> Trésorerie française <input type="checkbox"/> Trésorerie internationale <input type="checkbox"/> Paie <input type="checkbox"/> Consolidation	<input type="checkbox"/> Comptabilité anglo-saxonne <input type="checkbox"/> Juridique/fiscalité <input type="checkbox"/> Juridique/droit des sociétés <input type="checkbox"/> Juridique/social <input type="checkbox"/> Audit de procédure <input type="checkbox"/> Audit comptable <input type="checkbox"/> Organisation administrative
	<input type="checkbox"/> Action en milieu international	
Relations humaines	<input type="checkbox"/> Stratégie des relations humaines <input type="checkbox"/> Gestion des carrières <input type="checkbox"/> Formation (conception) <input type="checkbox"/> Formation (animation)	<input type="checkbox"/> Recrutement <input type="checkbox"/> Relations sociales <input type="checkbox"/> Paie <input type="checkbox"/> Communication interne <input type="checkbox"/> Communication externe
Informatique	<input type="checkbox"/> Stratégie informatique <input type="checkbox"/> Etudes <input type="checkbox"/> Systèmes <input type="checkbox"/> Organisation	<input type="checkbox"/> Exploitation <input type="checkbox"/> Analyse-programmation <input type="checkbox"/> Conduite de projet <input type="checkbox"/> Maintenance <input type="checkbox"/> Réseaux de communication