abaka.

NOTRE PRESTATION
BILAN DE COMPÉTENCES

GROUPE Interaction

DREETS N°53350822635

01

BILAN DE COMPÉTENCES : PRÉSENTATION

Redonner du sens à votre parcours professionnel

Le bilan de compétences vous permet d'analyser vos compétences professionnelles et personnelles, vos aptitudes et vos motivations, et de (re)définir votre ou vos projets professionnels et éventuellement de formation.

1

Clarifier votre situation

Faire le point, c'est avant tout prendre le temps de comprendre où vous en êtes aujourd'hui.

Ensemble, nous analysons votre parcours, vos réussites, vos motivations et vos attentes afin d'identifier les leviers d'épanouissement et d'évolution qui vous correspondent.

Cette première étape permet de poser des bases solides pour construire la suite de votre réflexion professionnelle.

2

Envisager une évolution

Explorez sereinement vos horizons.

Que vous souhaitiez effectuer un virage à 180 degrés, une évolution interne - externe, ou simplement réajuster votre quotidien, nous confrontons vos aspirations à la réalité du marché pour valider la faisabilité de chaque scénario, tout en conservant une liberté de choix.

3

Retrouver des marges de manœuvre

Dépasser le sentiment d'impuissance en réactivant vos leviers d'action.

Nous travaillons sur le renforcement de votre confiance, l'identification de vos compétences et la mise en place d'actions qui vont vous permettre de renforcer votre employabilité et de gagner en autonomie dans la conduite de votre parcours.

L'objectif est de retrouver un élan et une posture d'acteur dans votre carrière.

Vos compétences à vous orienter sont évaluées en début et en fin de bilan pour mesurer vos progrès concrets. Un programme personnalisé est établi au démarrage.

Les trois phases du bilan de compétences

La durée d'un bilan peut aller jusqu'à 20 heures d'entretien réparties sur 3 à 6 mois

Phase 1 - Préliminaire : Cadrage et alliance

Cette étape vise à établir une relation de confiance et à sécuriser votre engagement.

- **Analyse de votre demande** et de votre situation.
- **Définition de vos objectifs professionnels** et de votre programme personnalisé.
- **Présentation de la méthodologie et des outils**.

Phase 2 - Investigation : Le cœur du changement

Un travail d'analyse et d'actions concrètes mené avec un psychologue du travail pour :

- **Accueillir votre vécu professionnel,** vos questionnements, vos doutes et vos besoins.
- **Analyser votre parcours et vos expériences**, en lien avec les évolutions économiques, sociétales et sectorielles.
- **Expliciter vos compétences**, vos ressources et modes de fonctionnement (atouts, freins, leviers, potentialités).
- **Repérer les caractéristiques essentielles de votre profil** et de votre dynamique personnelle (intérêts, motivations, aspirations).
- **Prendre en compte vos critères personnels :** contraintes familiales, réalités financières, modes de vie, projets personnels.
- **Situer votre profil au regard du marché et / ou élargir** vos cibles professionnelles (métiers, secteurs, environnements).
- **Vérifier la faisabilité des pistes identifiées par confrontation au marché :** enquêtes métiers, veille marché, immersions, enquêtes formations, évènements et lieux d'information sur le territoire et entretiens réseau.

Phase 3 - Conclusion : Stratégie et projection

La formalisation de vos projets et la création d'une feuille de route opérationnelle.

- **Appropriation et hiérarchisation des projets retenus**.
- **Élaboration d'un plan d'action** pour leur mise en œuvre.
- **Rédaction du document de synthèse confidentiel**.
- **Suivi à 6 mois**

Démarche conforme au Code du travail : Articles L. 1233. 71, L. 6313-1, L. 6313-4 et R. 6313-4 à R. 6313-8

abaka. | GROUPE Interaction

Nos fondamentaux



Psychologie du travail

Accompagnement par des psychologues du travail spécialisées dans les transitions professionnelles.
Nous mettons à votre service notre expertise afin d'être écouté·e et compris·e dans votre singularité et vos questionnements, vous poser les bonnes questions, vous donner des outils et des repères concrets pour explorer, agir et faire vos propres choix.



Démarche sur mesure

Chaque parcours est adapté à votre situation personnelle, à vos besoins et à votre rythme.



Expertise marché & RH

Une vision concrète du marché de l'emploi et des compétences recherchées, grâce à notre expérience en recrutement et conseil RH.



Outils digitaux et IA génératives

Accès à une plateforme pédagogique My Talents et utilisation responsable de l'intelligence artificielle pour structurer vos recherches et faciliter votre orientation professionnelle.

Notre approche : un équilibre entre réalité du terrain, soutien psychologique et stratégie de carrière.

Outils et méthodes

My Talents est une plateforme pédagogique numérique, solution web et mobile, au service de votre projet.
Le parcours d'accompagnement sera construit sur My talents de manière personnalisée.

Il s'agit d'un espace ludique et simple d'utilisation sur lequel vous pourrez :

- suivre votre progression en temps réel,
- accéder à des exercices, outils et guides adaptés à vos besoins.
- centraliser l'ensemble de vos données avec un accès durant 2 ans.

Analyse des ressources

- Analyse du vécu, impacts et croyances
- Méthodologies d'extraction et d'explicitation de vos compétences
- Analyse de votre profil et de vos caractéristiques : compétences comportementales et relationnelles, valeurs, motivations, intérêts, personnalité, 360°, management

Développement professionnel et exploration des possibles

- Sens au travail, connaissance de soi, accompagnement au changement, gestion du temps, du stress, communication
- Répertoires d'exploration métiers et élargissement des cibles
- Parcouréo : répertoire et logiciel métiers
- Identification de préprojets

Méthodologies de vérification de projet :

- Enquêtes, réseautage, analyse des offres et du marché, recherches documentaires, analyse de l'offre de formation
- Mise à plat de vos outils de communication : CV, profil LinkedIn
- Outils de repérage des entreprises et acteurs

Soutien aux démarches

- Mise à disposition de sources d'informations variées
- Suivi et soutien des actions engagées et à poursuivre
- Mobilisation du réseau Abaka de façon ciblée et pertinente
- Finalisation et évaluation de l'action

02

ABAKA
Qui sommes-nous ?

Qui sommes-nous ?

Cabinet de conseil en ressources humaines, né il y a plus de 20 ans, Abaka accompagne ses clients dans le recrutement de leurs **postes stratégiques** et dans le **développement de leurs Ressources Humaines.**

4 métiers

Recrutement de cadres et cadres dirigeants

- Sourcing,
- Chasse de tête
- Évaluation
- Assessment center
- RPO
- Marketing de recrutement
- Mutlispécialiste

Transitions professionnelles

- Bilan de Compétences cadres
- Bilan professionnel
- Outplacement
- Accompagnement de conjoint
- Accompagnement sur mesure - managérial

Management de transition

- Avec Vhita du réseau Abaka

Conseil en Management

- Structuration RH
- Démarche Marque Employeur
- Conduite du changement
- Pilotage de projets Digital RH
- Formation des managers et professionnels RH

750
clients nous font confiance

11
collaborateurs au plus près de vos équipes

50
Accompagnements individuels

1,1 M€
de chiffres d'affaires

Abaka, société du Groupe Interaction, Spécialiste de solutions d'emploi

GROUPE Interaction

Notre engagement RSE

La responsabilité sociétale des entreprises est au cœur de la stratégie du Groupe Interaction. Bien plus qu'une obligation, elle constitue pour nous un engagement structurant qui transcende les simples relations client-fournisseur.

En intégrant les dimensions sociales, environnementales et éthiques à toutes nos activités, nous affirmons notre ambition de co-construire, avec nos partenaires, des solutions responsables alignées sur les **standards européens (CSRD)** et appuyées par des **certifications et évaluations de référence** (Cefri, Mase, Qualiopi, EcoVadis).

La RSE est un vecteur de transformation globale et un facteur de différenciation sur nos marchés. En ciblant nos efforts sur les enjeux les plus matériels, nous nous assurons d'allouer efficacement nos ressources et de **piloter le progrès de manière mesurable et transparente**.

Notre démarche repose sur **trois grands engagements stratégiques, traduits en dix orientations concrètes** : performance durable de nos clients, contribution à leurs objectifs extra-financiers, promotion de la diversité et l'inclusion, réduction de notre empreinte carbone, sécurité au travail ou encore développement des compétences visent à renforcer notre impact positif, tant pour nos parties prenantes que pour les territoires où nous opérons.

En mobilisant nos co-acteurs, nos clients et nos partenaires, nous plaçons la RSE au service de tous pour relever ensemble les défis de demain.



Contribuer aux enjeux de durabilité de nos clients



Grandir ensemble en s'appuyant sur la singularité de chaque co-acteur



Renforcer notre impact positif au sein des territoire

→ Pour en savoir plus : Consultez notre rapport RSE 2025

abaka.

ABAKA RENNES
10 rue de la Sauvaie
35000 RENNES
Tél. 02 99 52 56 74

ABAKA NANTES
B'CoWorker Nantes
Chantrerie
5 rue Jacques Daguerre
44300 Nantes

GROUPE
Interaction