



LE BILAN DE COMPÉTENCES : UN REGARD RÉTROSPECTIF SUR VOTRE CARRIÈRE

Par Mélissa Lévy



Diplômée de l'UQAM à la maîtrise en éducation, Mélissa Lévy travaille chez MÉMO-Qc depuis novembre 2009 à titre de conseillère d'orientation. Elle signe des articles dans le Paraquad depuis le printemps 2012. Vous pouvez lui poser des questions ou lui faire parvenir des commentaires au mlevy@moelleepiniere.com.

L'HISTOIRE D'ARIANNE

Arianne, 45 ans, est technicienne en santé animale et s'est blessée au dos en soulevant un gros chien. En arrêt de travail depuis quelques mois, elle ressentait un grand vide à la veille de reprendre son emploi. Elle a donc décidé de consulter notre service d'employabilité. Au début, elle croyait que ce sentiment était lié au fait d'avoir été à la maison pendant quelques mois. Au fil des discussions avec sa conseillère, elle a toutefois réalisé

que ce sentiment était plutôt généré par une démotivation face à son travail, par une impression de refaire et redire toujours les mêmes choses, d'avoir fait le tour du jardin et par un désir de plus en plus présent de relever de nouveaux défis. Devant ce constat, sa conseillère lui a proposé une démarche de bilan de compétences afin de l'aider à comprendre ce qui se passait. Après avoir passé quelques mois à jeter un regard rétrospectif sur son cheminement personnel, académique et professionnel, elle a conclu qu'elle souhaitait développer davantage ses compétences en sciences de la santé, poser des diagnostics et proposer des traitements au lieu de toujours exécuter les ordres d'une autre personne. Elle aspirait également à avoir plus de leadership dans son travail et aider des gens. Elle devait aussi considérer le fait qu'elle ne pourrait plus continuer longtemps à exercer un métier physique qui demande de soulever de lourdes charges. Elle a décidé de poser sa candidature au... doctorat de premier cycle en optométrie à l'Université de Montréal. Un revirement de situation dans la continuité, au sens où cette formation pourrait lui permettre de continuer à évoluer dans le domaine des soins et surtout, de prendre des décisions quant aux traitements à dispenser. Cette démarche a été fructueuse, car Arianne a accepté de s'impliquer personnellement dans celle-ci avec toute l'incertitude que cela peut comporter.

L'idée de faire un bilan de compétences cache dans bien des cas un besoin de positionnement concernant son vécu et son parcours professionnel afin d'élaborer des constats qui guideront des actions futures. Les situations qui nécessitent de faire un bilan de compétences sont diverses. Il peut s'agir d'une insatisfaction, d'un questionnement, d'un besoin de changement, d'une transition, d'un nouvel emploi ou encore d'un retour aux études. Bref, lorsque l'un de nos rôles ou statuts change, qu'une perte de motivation ou une épreuve survient ou lorsque nous avons une décision à prendre, nous avons besoin d'un moment de recul qui nous permet de déterminer nos intérêts, acquis, compétences développées, désirs et aspirations pour nous projeter dans l'avenir.

Jeter un regard rétrospectif dans une visée prospective. Voilà comment, en 2007, trois conseillères d'orientation, Guylaine Michaud, Patricia Dionne et Ginette Beaulieu ont qualifié le processus de bilan de compétences dans le livre *Le bilan de compétences : regards croisés entre la théorie et la pratique*, dans lequel elles proposent une démarche en trois phases pour le réaliser.

LA PHASE RÉTROSPECTIVE : LE BILAN

C'est la première phase de la démarche dans laquelle la personne revisite les faits marquants de sa vie académique et professionnelle et des transitions qu'elle a vécues. Par exemple, Arianne a mentionné que depuis son jeune âge, l'intérêt de soigner était présent. Elle jouait



LE BILAN DE COMPÉTENCES : UN REGARD RÉTROSPECTIF SUR VOTRE CARRIÈRE

à soigner ses toutous en leur mettant des pansements. Elle se souvient aussi d'avoir toujours été habitée par une grande curiosité intellectuelle. Au cégep, elle ne savait pas quoi choisir et souhaitait trouver une formation pratique qui lui permettrait de travailler rapidement. Elle s'est orientée vers une technique en santé animale en raison de sa passion pour les animaux. Elle a évolué dans ce domaine depuis. Avec le temps, elle a été déçue de constater que la technicienne en santé animale ne peut pas poser de diagnostics et exécute ce que le vétérinaire prescrit. En revisitant son parcours, Arianne a aussi pris conscience que le choix de la technique avait aussi été guidé par la conviction que des études universitaires seraient trop difficiles pour elle et parce qu'elle craignait à cette époque de prendre des responsabilités. Elle a réalisé qu'avec son insertion sur le marché du travail, elle a pris beaucoup de confiance en ses capacités et que ses besoins ont changé. Elle a remarqué qu'elle a maintenant besoin d'avoir plus de contrôle sur les situations dans lesquelles elle se trouve, qu'elle apprécie prendre des décisions et que finalement le travail sous pression ne la dérange pas. Ses besoins se sont transformés avec le temps.

LA PHASE PROSPECTIVE : SE PROJETER DANS L'AVENIR

À partir des constats émis dans la première phase, la personne se projette dans l'avenir et tente de faire le lien entre ses compétences et ses aspirations. Il s'agit d'une phase dans laquelle la personne se donne une direction pour l'avenir. Elle se traduit par des explorations personnelles, scolaires et professionnelles dans lesquelles la personne dresse des liens entre ses compétences, ses habiletés, ses traits de personnalité et les professions dans lesquelles ils peuvent s'actualiser et être mis à profit. C'est lors de cette phase qu'Arianne a découvert que le doctorat de premier cycle en optométrie pourrait lui permettre d'actualiser son besoin de prendre des responsabilités et d'aider des gens. Avant de faire son choix, elle a considéré la médecine dentaire, l'inhalothérapie et les sciences infirmières. Elle a dû se positionner pour estimer l'écart entre sa situation présente et la situation qu'elle souhaitait atteindre pour élaborer un projet de formation concret répondant à ses attentes.

LA PHASE DE RÉALISATION : CONCRÉTISER SON PROJET PROFESSIONNEL

Une fois la direction établie, la personne doit dresser une marche à suivre pour arriver à son but et identifier les ressources à sa disposition. Par exemple, après avoir

déterminé que le retour en formation était la priorité dans sa vie, Arianne a exploré plusieurs programmes. Elle a ensuite procédé aux démarches d'admission à l'Université de Montréal. Elle a eu à faire des compromis sur le plan financier et retourner vivre en colocation. Ce n'était pas la situation qu'elle avait anticipée à l'aube de la cinquantaine, mais le fait de saisir la chance de se développer intellectuellement et de trouver sa place professionnelle mettait un baume sur cette déception. Elle a eu à composer avec des commentaires désobligeants à l'endroit de son projet que certains qualifiaient «de trop long» et «d'irresponsable à son âge». Comme son but était clair dans son esprit, elle a pu faire preuve d'ouverture pour accueillir ces commentaires et les mettre de côté afin de déployer les stratégies nécessaires à la réalisation de son projet. Les compromis à faire sont devenus acceptables pour elle puisqu'ils lui permettraient d'atteindre son but.

LE BILAN DE COMPÉTENCE : UN PROCESSUS FORT INTÉRESSANT

Le bilan de compétences peut s'effectuer tant dans une démarche de groupe que dans une démarche individuelle. Ce processus a l'avantage de permettre à la personne de retrouver une cohérence entre ses désirs et ses actions. Elle en vient à mieux se connaître et à nommer des sources d'insatisfaction ou des zones de sa vie qui ne sont pas actualisées. Cette démarche est propice à l'exploration de pistes de développement jusqu'alors inconnues. Isabelle Lavertu, conseillère d'orientation, a identifié dans un article publié sur le site web monemploi.com cinq avantages à s'engager dans une démarche de bilan de compétences : **augmenter son estime de soi, sa confiance en soi, son sentiment d'efficacité personnelle au travail et clarifier son projet professionnel; identifier ses forces et ses points à améliorer; clarifier ses buts et son projet professionnel; élaborer un plan de développement des compétences; profiter d'une meilleure qualité de vie au travail.**

Pour conclure, Arianne poursuit maintenant avec bonheur son cheminement. Elle en est à sa deuxième année au doctorat de premier cycle en optométrie. Elle se considère chanceuse d'avoir eu l'opportunité d'identifier ce qui lui causait ce sentiment pénible de vide qu'elle ressentait au début de sa démarche. Si elle ne s'était pas arrêtée à identifier la cause de ce sentiment, si elle ne s'était pas posé de questions, elle croit qu'avec le poids des années qui passent, elle aurait développé la conviction d'être passée à côté de son potentiel et peut-être même à côté de sa vie.