

MERCREDI 8 MARS 2023 - 11H15

**RÉFLÉCHIR SON
ÉVOLUTION
PROFESSIONNELLE
AVEC LA
"LIGNE DE VIE"**



#
**choisir
le service
public.gov.fr**

C'EST QUOI L'ÉVOLUTION PROFESSIONNELLE?



- ✓ L'évolution professionnelle est un **processus** par lequel une personne évolue dans l'exercice d'un métier, d'une profession, en **développant ses compétences**, ses **connaissances** et ses responsabilités.
- ✓ Elle peut prendre **différentes formes**, telle qu'une promotion, un changement de poste ou de lieu géographique, une augmentation de salaire, une formation ou une certification, un changement de métier (reconversion).
- ✓ Elle permet de **Répondre à un besoin professionnel**, actuel ou futur

QU'EST CE QUE L'ON VIENT QUESTIONNER?



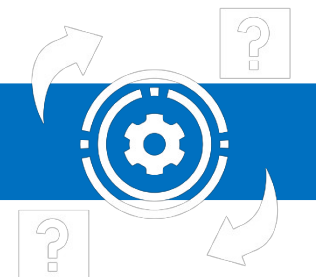
- ✓ La **S**ituation actuelle
- ✓ La recherche des **C**auses
- ✓ L'**O**bjectif souhaité
- ✓ Les **R**essources nécessaires: savoir-faire, savoir et savoir- être
- ✓ Les **E**ffets attendus

LA SITUATION ACTUELLE



Quelle est la situation actuelle? Que se passe t'il exactement ? Comment ressentez-vous cette situation ? Qu'est ce qui vous préoccupe et dans quelle mesure ? Depuis quand cela dure-t-il? Qui est concerné par ce problème ? Que voulez vous changer ?

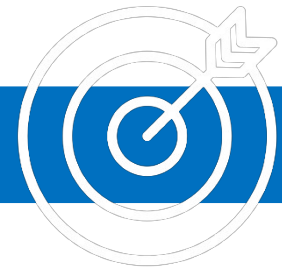
LA CAUSE



En quoi c'est un problème ? Quels sont les inconvénients de ces problèmes? Qu'est ce qui vous empêche d'en faire face ? Comment savez vous que vous avez un problème ? Qu'est-ce qui déclenche le problème très concrètement ?



L'OBJECTIF



Qu'est-ce que vous voulez à la place ?

Quel est votre objectif dans les 6 prochains mois par rapport au problème que vous évoquez? Que voulez vous changer ?

LES RESSOURCES



Qu'est-ce qu'il vous faudrait pour atteindre cet objectif ? De quoi avez-vous besoin ? De quelles ressources internes ou externes disposez vous ?



LES RESSOURCES ou COMPETENCES



- ✓ Vos **savoir-faire** ou Hard Skills: il s'agit de vos compétences opérationnelles

planifier
utiliser stocker cultiver
oeuvre **Animer** réaliser
mettre élaborer modéliser **piloter**
manager



LES RESSOURCES ou COMPETENCES

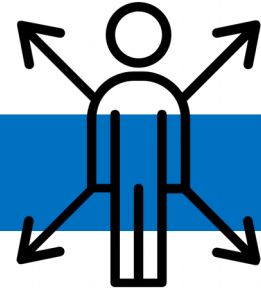


- ✓ Vos **savoirs** : il s'agit de vos connaissances

européennes
françaises
fonction
normes territoriale
publique
botanique
statut
labellisations



LES RESSOURCES ou COMPETENCES



- ✓ Vos **savoirs-être** ou Soft skills : il s'agit de vos qualités humaines, vos traits de personnalité, vos talents

Résilient
Loyal
Empathique
Assertif
Communicant
Créatif
Audacieux
Patient
Persévérant
Optimiste
Agile
Fédérateur



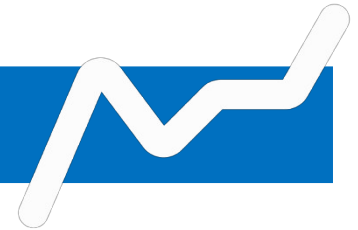
L'EFFET



Si vous atteignez votre objectif, qu'est ce que cela vous apportera? Qu'est ce que cela changera pour vous?
Quels seraient les bénéfices de cette nouvelle situation? En quoi c'est important pour vous ?



LE DIAGNOSTIC A TRAVERS LA LIGNE DE VIE



- ✓ Prendre conscience de ce qui a été accompli
- ✓ Se projeter dans l'avenir, tout en étant sensible à votre parcours
- ✓ Avoir une meilleure idée de là où vous en êtes aujourd'hui



RÉGION
**Nouvelle-
Aquitaine**

Sommets



Les sommets de votre vie représentent, au dessus de la ligne, vos périodes de développement, de réalisation personnelle



Les vallées de votre vie représentent, en dessous de la ligne, vos périodes de repli, de doute

Vallées



RÉGION
Nouvelle-Aquitaine

Sommets



EFAP

Paris

- +Ambiance**
- +Esprit d'équipe**
- +Autonomie**
- +Créativité**

↑
2009
2014

Agence de Com

Paris

- +Ambiance**
- +Esprit d'équipe**
- +Autonomie**
- +Créativité**
- +Famille**

↑
2014
2017

2017
2019



Agence de Com

- Equité**
- Ambiance**
- +Esprit d'équipe**
- Autonomie**
- Créativité**
- +Famille**

Collectivité Territoriale

Bordeaux

- +Equité**
- +Ambiance**
- Esprit d'équipe**
- +Autonomie**
- +Créativité**
- +Famille**

↑
2019
2023

Aujourd'hui

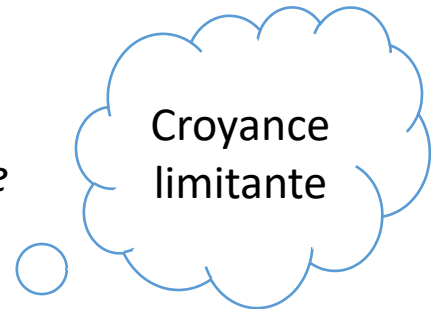


5 années à venir

Vallées



Croyance limitante





QUESTIONS A SE POSER



- ✓ Quelles sont les raisons qui vous font dire que cette expérience est un sommet/vallée ?
- ✓ Quelles sont les émotions qui vous viennent quand vous y repensez ?
Qu'est-ce qui était très important pour vous à ce moment-là ?
- ✓ Quelles sont les activités que vous aimiez faire ?
- ✓ En quoi ce sommet est-il plus important ?
- ✓ Pendant combien de temps ce sommet/Vallée a-t-il/elle duré ?



CONCLUSION



- ✓ Connaissance de soi
- ✓ Permettre de s'inscrire dans une logique de progression continue
- ✓ Permettre de construire votre projet en cohérence avec vos valeurs, votre identité et vos aspirations.



RÉGION
**Nouvelle-
Aquitaine**

QUESTIONS





RÉGION
**Nouvelle-
Aquitaine**

Viktor Frankl

"L'impossibilité de changer une situation nous met au défi de nous changer nous mêmes"