



Les leviers de la
mobilité et de la
réussite
professionnelles

Oser passer à l'action pour favoriser
sa mobilité professionnelle

Patrick Claudez

Pour oser passer à l'action afin de favoriser sa mobilité professionnelle le plus important est ...

Pour oser passer à l'action afin de favoriser sa mobilité professionnelle le plus important est ...

de veiller à ce que nos aspirations soient plus fortes que nos freins



Qui je suis ?

Première partie

Que faire au quotidien pour accroître notre
potentiel de mobilité professionnelle ?






1. Cultiver un état d'esprit favorisant aussi bien notre mobilité que notre réussite professionnelles

Notre état d'esprit définit le champ des possibles et notre niveau d'ambition




Ces deux états d'esprit qui nuisent à notre mobilité



Nous pouvons
tous changer
d'état d'esprit

L'état d'esprit qui
permet une
réussite durable
sans nous épuiser





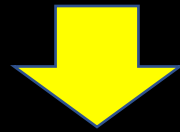
Comment cultiver un état d'esprit de « créateur » de sa vie professionnelle ?

« Sois toi-même, tous les autres sont déjà
pris. »
Oscar Wilde



Les 5 ingrédients favorisant notre
mobilité et notre réussite professionnelle

DHM + YC + FS + DP + A



Mobilité et réussite
professionnelles



2. Faire des autres nos « alliés mobilité »

3. Cultiver la maîtrise intérieure pour libérer notre potentiel de mobilité





« Le boulot est un sport de haut niveau »



Les enseignements des neurosciences et du sport de haut niveau



Atelier

Mes 5 atouts
majeurs pour
favoriser ma
mobilité
professionnelle



Quels sont vos 5 atouts majeurs pour favoriser votre mobilité professionnelle ?

1. Dans tout ce que nous venons de voir, qu'est ce qui vous caractérise le mieux ?
2. Penser à une mobilité que vous avez réussi par le passé et dont vous êtes particulièrement fier. Quels sont vos atouts et qualités personnels qui ont permis cette mobilité ?
3. Enfin, parmi les qualités ou les talents que l'on vous reconnaît souvent, quels sont ceux qui constituent vos meilleurs atouts pour votre mobilité ?

Synthétiser tout cela en décrivant vos 5 atouts majeurs pour favoriser votre mobilité professionnelle

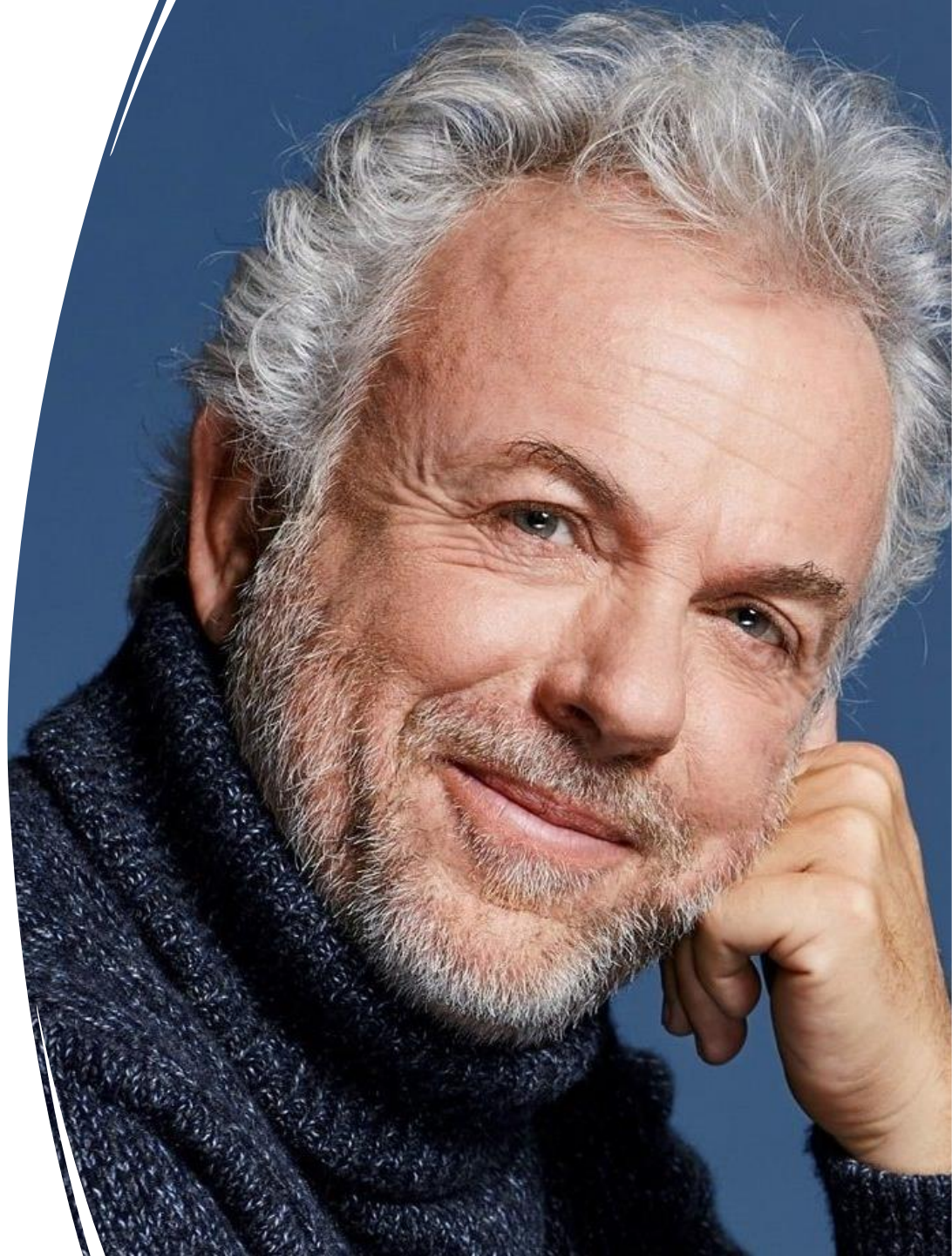


SECONDE PARTIE

Mobilité professionnelle et mobilité
intérieure : même combat !

1. Les freins à notre mobilité

1. Être coupé de nos désirs
2. L'addiction au confort du connu
3. Nous occuper de notre mobilité à certains moments seulement
4. Un manque de confiance et d'estime pour soi





2. Comment développer notre mobilité intérieure pour nous épanouir dans le monde professionnel d'aujourd'hui et de demain ?

1. J'apprends à me détendre pour retrouver de la mobilité
2. J'adopte un regard stratégique et changeant sur ce que je vis
3. Je m'autorise à aller vers qui je suis réellement (le « bon endroit »)
4. Je me forme sans cesse
5. J'apprends à me « vendre »
6. J'effectue l'investissement le plus « rentable »



Atelier

Élaboration de
mon « plan
mobilité »





Qu'est-ce qui est le plus important pour moi de trouver dans ma vie professionnelle ?

Pour m'en rapprocher, à quoi je dois renoncer ?

Quel est le premier petit pas concret que je peux entreprendre pour m'en rapprocher ?

Quelle est l'action de fond que je dois engager pour favoriser ma mobilité professionnelle en direction du « bon endroit » pour moi ?

Mon ultime
conseil

Osez voir
votre vie
professionnelle
en grand ?



Merci de votre
attention !

claudez.patrick@gmail.com