

Faire le point sur son projet professionnel

La connaissance de soi est un enjeu de fond en matière de développement professionnel. En effet, plus grande sera votre connaissance de vous-même, plus vous serez en mesure de cibler un milieu de travail qui vous ressemble, de vivre des expériences de recrutement positives et ultimement, d'occuper des fonctions stimulantes dans un environnement faisant écho à vos valeurs.

Dans ce texte, nous vous proposons de revisiter ou d'approfondir certaines dimensions de votre personnalité et de réfléchir à comment ces nouveaux éléments peuvent contribuer à donner encore plus de sens à votre projet professionnel.



Mes valeurs

- *Qu'est-ce qui se révèle comme essentiel ou prioritaire pour vous ?*
- *Y a-t-il des valeurs auxquelles vous sembliez tenir et qui ont pris une place beaucoup plus relative ?*
- *À quelles occasions ou dans quels contextes vous sentez-vous le plus être utile ?*
- *Qu'est-ce qui contribue à votre bien-être ?*
- *Qu'est-ce qui donne un sens à votre existence ?*
- *Est-ce que ces constats pourraient vous amener à faire des choix différents ?*

Exemples :

Je veux accorder une plus grande place aux **liens familiaux** par rapport à celle de la carrière. Je devrai cibler des entreprises en mesure d'offrir un horaire de travail variable.

Les **valeurs de solidarité et d'équité sociale** me tiennent vraiment à cœur et me motivent à explorer le secteur de l'économie sociale. Je prends pleinement conscience de mon grand besoin de me sentir utile auprès de ma collectivité.

Je prends goût à cette nouvelle forme de **liberté** dans les horaires de travail et cette découverte me donne envie d'explorer les possibilités de travail à la pige ou de télétravail en lien avec mon domaine de formation.

Je réalise peut-être que je ne suis pas tout à fait fonctionnel dans un contexte d'isolement social et cela me donne l'indication que je devrais miser sur des fonctions où le contact direct avec les clients et/ou les membres de mon équipe sont nécessaires si je veux tenir compte de mon **besoin de proximité avec les gens**.



Mes forces

- *Quelles ressources personnelles se dévoilent comme des forces ?*
- *Est-ce que vous vous découvrez de nouveaux talents ou des capacités insoupçonnées ?*
- *Qu'est-ce qui est le plus facile ou vous demande le moins d'effort dans ce contexte de crise ou de déséquilibre ?*
- *Quelles forces sont impliquées dans les nouveaux défis que vous relevez avec brio ou dans vos bons coups ?*

Exemples :

Je prends la pleine mesure de ma **tolérance à l'ambiguïté**. Ma capacité à faire face à mes peurs et à gérer l'incertitude tout en préservant mon équilibre m'étonne. Cela m'amène à considérer de nouvelles possibilités que je n'avais pas osé envisager, comme celles d'évoluer vers un poste de responsabilités ou d'intégrer une jeune entreprise en démarrage.

Ma capacité à motiver les membres de mon équipe pour finaliser le travail de session, malgré le climat morose et le découragement de certains a été reconnue et appréciée par mes collègues et contribue à nourrir ma confiance en mon potentiel de futur gestionnaire de projets. Je découvre l'impact de mon **leadership**.

Je constate que j'arrive à trouver des solutions ingénieuses aux nouveaux défis qui se présentent à moi et j'y prends même plaisir ! Résoudre des problèmes est définitivement mon domaine de **créativité**. J'expérimente pleinement cette source de gratification et de valorisation que je souhaite retrouver dans mon emploi.



Mes limites :

- *Quelles difficultés personnelles se dévoilent comme des limites, des zones d'inconfort ou des fragilités ?*
- *Qu'est-ce qui constitue le plus grand défi pour vous dans ce contexte de crise ou de déséquilibre ?*
- *À quelles occasions ou dans quels contextes il vous arrive de vous sentir particulièrement démuni ou vulnérable ?*
- *Qu'est-ce que ces limites révèlent comme besoins de formation, de soutien ou d'encadrement ?*

Exemples :

Mes **difficultés d'adaptation à la technologie** sont mises en évidence et montrent que ce type d'apprentissage me demande plus d'effort et de persévérance. Si je veux être en mesure de répondre aux attentes des employeurs, je dois m'investir pour améliorer mes compétences dans ce domaine.

Ma courbe d'apprentissage dans mes cours à distance est en décroissance en raison du manque de proximité avec l'enseignant et mes collègues d'études. Je crois que cela traduit une **difficulté à être autonome** lorsque les attentes ne sont pas clairement définies et ça m'indique que j'ai besoin d'encadrement pour accomplir une tâche avec confiance et mettre à profit mon plein potentiel.

J'éprouve de plus grandes difficultés de concentration. J'ai tendance à procrastiner ou j'arrive difficilement à contenir mon anxiété de manière à pouvoir respecter les échéanciers. J'aimerais réfléchir à des moyens me permettant de mieux **gérer mon stress** de manière à limiter les effets indésirables sur mon équilibre, et ultimement, l'atteinte de mes objectifs.



Mes intérêts

- *Est-ce que le contexte de la pandémie est l'occasion de vous découvrir de nouveaux champs d'intérêts ?*
- *Quels types d'activités ou de tâches vous permettent de vous réenergiser ou vous procurent le plus de plaisir ?*
- *Comment ces passions ou ces intérêts peuvent être pris en compte ou intégrés à votre projet professionnel ?*

Exemples :

Je renoue avec mon intérêt pour **l'écriture**. La COVID m'a inspiré un conte pour enfants que je souhaite partager sur les réseaux sociaux afin de me faire connaître comme illustratrice. Ce projet est aussi l'occasion de bonifier mon portfolio.

Je me découvre une nouvelle passion pour **l'enseignement**. M'investir à concevoir et réaliser des activités d'enseignement pour mes enfants est source de motivation et de plaisir ! Je crois que je pourrais me plaire à intégrer des activités d'enseignement à ma future pratique professionnelle.

J'ai créé une page Facebook sur l'agriculture urbaine pour partager des astuces avec des personnes qui partagent ma passion. Je me découvre un réel plaisir à **animer** cette **communauté de pratique**, une nouvelle corde à ajouter à mon arc !

Mon colocataire m'a initiée aux **jeux vidéo** et je suis complètement fascinée par la découverte de cet univers captivant, au point où j'aimerais explorer la possibilité de réaliser mon stage dans ce secteur d'activité.



Malgré qu'elle puisse être éprouvante, souhaitons que cette crise puisse être une occasion de plonger en vous pour mieux vous connaître afin de faire des

choix vous permettant d'aller vers une vie plus riche de sens.

*N'hésitez pas à prendre rendez-vous avec votre conseiller en emploi pour discuter de votre projet professionnel. Vous pouvez aussi préciser vos compétences, consigner vos valeurs, vos forces et étoffer votre candidature grâce au profil professionnel.