

Retrouver sa motivation En clarifiant ses valeurs professionnelles

Une valeur est ce qui a de l'importance aux yeux de la personne.

Vos valeurs vous structurent, elles sont définies par votre identité et sont présentes en vous pour chacun des domaines de votre vie (personnel, professionnel, social).

Ce sont des leviers de motivation importants car elles permettent de faire des choix conformes à vos aspirations profondes.

Dans le monde professionnel, les 6 leviers de la motivation que l'on retrouve fréquemment sont apprendre (se développer, s'enrichir), être utile (sens, apporte de la valeur), la qualité des relations (confiance), la reconnaissance (résultats, compétences), le sentiment d'appartenance (fierté), et la passion.

Cet outil a pour but de vous permettre de clarifier vos valeurs professionnelles en identifiant ce qui vous motive.

Il se déroule en 4 étapes qui visent à identifier vos valeurs, les classer, les définir puis à leur donner une déclinaison concrète dans votre activité professionnelle actuelle ou future.

Pour certains, cela va venir assez facilement, pour d'autres, cela fait l'effet de la page blanche. Pour vous donner des pistes, je vous propose quelques exemples mais je limite volontairement car il est important que ces valeurs viennent de vous.

Bonne réflexion en espérant que cet outil vous permette de retrouver votre motivation professionnelle.
...et si vous avez envie d'être accompagné(e) dans votre réflexion, pensez au coaching de carrière

Elisabeth Passilly,

Coach certifiée dans le domaine professionnel, adhérente à l'EMCC France

Retrouver sa motivation En clarifiant ses valeurs professionnelles

1. Identifier vos valeurs

Il s'agit de répondre aux questions : Qu'est-ce qui vous motive ? Qu'est-ce qui est important pour vous ? Qu'est-ce qui vous pousse à agir ? Pour définir les valeurs qui vous structurent, je vous invite à en retenir 5 qui sont pour vous essentielles.

Par exemple : l'autonomie, la responsabilité, le respect de l'autre, la reconnaissance, la confiance, le challenge, le partage, la tolérance, le professionnalisme, la sécurité, la connaissance, etc...

2. Classer vos valeurs

En les prenant 2 à 2, il s'agit d'évaluer vos valeurs par ordre d'importance afin d'établir la hiérarchie de vos valeurs.

Concrètement : si V1, V2, ...V5 sont vos valeurs, vous comparez V1 à V2 et donnez 1 à la plus importante, 0 à l'autre, puis V1 à V3, etc. Vous prenez ensuite V2 et comparez avec V3, puis V4, etc...

Vous sumez les points obtenus pour définir la hiérarchie de vos valeurs.

Vous pouvez utiliser un tableau de la forme ci-dessous en ne remplissant que les cases blanches.

	V1	V2	V3	V4	V5	Total
V1						
V2						
V3						
V4						
V5						

3. Définir vos valeurs

Une même valeur n'a pas la même signification pour chacun, il est intéressant de préciser la définition que l'on en a dans le contexte professionnel, ce principe directeur que l'on donne à chacune de ses valeurs.

Par exemple : prenons pour valeur, l'intégrité

Pour certains, cela se traduit par une forme d'engagement, pour d'autres c'est plutôt une forme de cohérence

Autre exemple : Le respect, pour certains, cela se traduit par un respect du rythme de l'autre, pour d'autres c'est plutôt une forme de tolérance de point de vue

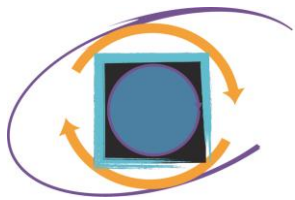
Autre exemple : Le partage, pour certains, cela se traduit par « avoir des échanges », pour d'autres c'est plutôt dans la « diffusion des informations »

4. Préciser les équivalents présents et futurs de vos valeurs

Ensuite, il est alors utile de définir des équivalents. Cela consiste à trouver la déclinaison très concrète de vos valeurs dans votre activité professionnelle, ou encore les actions qui satisfont à ses valeurs.

Reprenons la valeur, l'intégrité

- ✓ *Le principe directeur défini peut être « être en cohérence avec mon activité », on peut avoir comme équivalent présent « je parle positivement de mon activité » ou « je donne une image positive de l'entreprise ».*
- ✓ *Le principe directeur pourrait être aussi « être à ma place dans mon activité professionnelle » avec pour équivalent présent « mon activité me permet d'exploiter telles compétences ... au travers de telles actions... » et équivalent futur « je redéfinis quelles sont*



Retrouver sa motivation En clarifiant ses valeurs professionnelles

mes ressources pour évoluer professionnellement » ou « je vais être force de proposition sur tel sujet car c'est un sujet que je connais bien » ...

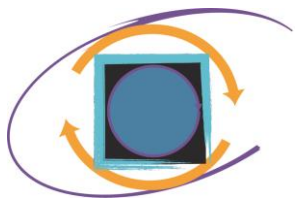
- ✓ *Le principe directeur pourrait porter sur un engagement de résultat avec pour définition « assurer la satisfaction du client » qui peut ensuite se décliner en actions concrètes qui correspondent aux équivalents*
- ✓ *Le principe directeur pourrait porter sur un engagement de moyen avec comme équivalent « un suivi rigoureux des règles et procédures définies par l'entreprise »*

Reprenons la valeur « respect », les équivalents peuvent être :

- ✓ *Je travaille en équipe de manière à collaborer efficacement, je m'implique dans les réunions, je participe aux échanges, etc...*
- ✓ *Je suis à l'écoute de mon interlocuteur : je n'interromps pas la personne qui donne son point de vue, etc...*
- ✓ *Je fais en sorte d'adapter mon comportement à mes interlocuteurs*

Le niveau de détail des équivalents dépend de chacun. L'important est que ce niveau représente pour vous une action bien concrète dans votre activité professionnelle.

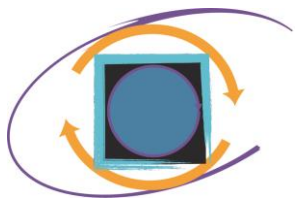
Je vous propose de synthétiser les éléments de votre réflexion dans le tableau ci-joint.



Retrouver sa motivation En clarifiant ses valeurs professionnelles

Valeurs	Principes directeurs	Equivalents présents	Equivalents futurs
V1.			
V2.			
V3.			
V4.			
V5.			

**Cet outil vous a ouvert de nouvelles perspectives ? Vous souhaitez approfondir votre réflexion ?
Pour aller plus loin...**



EquiProCoach
Équilibre Professionnel Coaching

**Retrouver sa motivation
En clarifiant ses valeurs professionnelles**

Découvrez

La Démarche Projet EquiProCoach

**Retrouvez toutes les informations sur
le site**

www.equiprocoach.com

Ou

Contactez EquiProCoach

mail :

elisabeth.passilly@equiprocoach.com

Tel : 06.83.17.57.59

