

Evaluer ses Compétences Savoir, Savoir-faire, Savoir-être

Vous avez envie de changement professionnel. Vous souhaitez entreprendre une réflexion pour **vous repositionner sur le métier qui vous correspond.** Celui-ci devra **être en accord avec vos valeurs, avec la personne que vous êtes.** Il devra également **s'appuyer sur vos compétences** ; vos savoirs, et savoirs-faire acquis pendant toutes vos années d'expériences, et aussi vos savoirs-être, toutes ces compétences relationnelles que vous avez développées au travers des échanges avec votre entourage professionnel et personnel.

En parallèle d'une réflexion sur vos motivations, **cet outil a pour objectif d'évaluer vos compétences en revisitant vos expériences professionnelles ainsi que vos formations.** Il peut vous servir à retravailler votre CV si vous souhaitez vous repositionner sur le marché professionnel ; il peut également vous permettre de clarifier les compétences sur lesquelles vous allez pouvoir vous appuyer pour mettre en place votre projet professionnel.

La démarche comporte trois étapes :

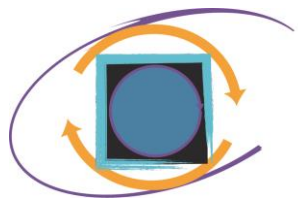
- ✓ Dans un premier temps, il s'agit d'**identifier précisément les compétences que vous avez utilisées** dans chacune de vos expériences professionnelles et formations.
- ✓ Ensuite, autre point tout aussi important, la réflexion va porter sur **votre perception de ces expériences et formations suivies.**
- ✓ Enfin, dans un troisième temps, il s'agit de **dresser un bilan** de ces expériences et formations.

La réflexion est formalisée au travers de deux tableaux, l'un correspondant aux expériences, l'autre aux formations reçues. Ces deux tableaux vous permettent de lister vos compétences. Elle est complétée par un tableau récapitulatif permettant de synthétiser les 5 points forts et 5 points faibles que vous retenez.

Bonne réflexion en espérant que cet outil vous permette de clarifier votre situation.
...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



La démarche en trois étapes :

Dans chacune de vos expériences professionnelles et formations,

➤ **Etape 1 : Identifiez précisément les compétences que vous avez utilisées**

Cela peut vous paraître évident pour vous qui maintenez votre CV actualisé, mais en le regardant de près, vos compétences sont-elles réellement visibles pour votre interlocuteur ? Votre CV ne se contente-t-il pas de décrire les activités et tâches réalisées dans vos différentes expériences ? Avez-vous réellement réfléchi en termes de compétences pour faire ressortir celles qui vous permettent de vous distinguer ?

➤ **Etape 2 : Définissez votre perception de ces expériences et formations suivies.**

Quelles sont les expériences dans lesquelles vous avez été le plus à l'aise ? Quels retours avez-vous eu de vos interlocuteurs, de votre employeur ? Qu'est-ce qui vous a particulièrement plu dans ces expériences ?

Il s'agit là de **prendre en compte votre ressenti**. En effet, ce n'est pas parce qu'une expérience a été plus longue qu'une autre qu'elle est pour vous la plus significative.

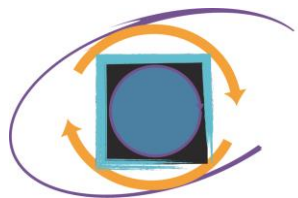
Pour en revenir à votre CV, est-ce que cela ressort à sa lecture ? La rubrique « Expériences » n'est-elle pas une longue liste chronologique de vos différentes expériences ?

Une expérience courte mais dans laquelle vous vous êtes senti(e) pleinement à l'aise mérite de figurer en bonne place dans votre CV.

Sauriez-vous classer ces expériences en termes de préférence en sachant expliquer pourquoi ?

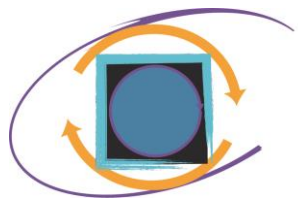
➤ **Etape 3 : Dressez un bilan**

Au travers de ce bilan, l'objectif est de prendre du recul, de prendre en compte les succès et les échecs de votre parcours pour en faire ressortir vos points forts et vos points faibles. Vos points forts sur lesquels vous allez pouvoir vous appuyer par la suite, et vos points faibles sur lesquels vous allez devoir vous améliorer ou qu'il vous faudra apprendre à déléguer.



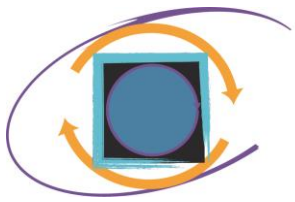
1. Votre expérience professionnelle

Expériences pro	Fonction	Activités exercées	Compétences utilisées	Retour entourage pro / Employeur	Mon ressenti / classement



2. Votre formation

Votre Formation	Choix perso ? O/N	Diplôme obtenu, savoir-faire acquis...	Mon ressenti / classement



Evaluer ses Compétences

Savoir, Savoir-faire, Savoir-être

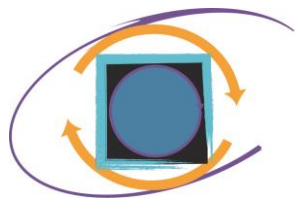
3. Bilan

En prenant l'ensemble de vos formations et expériences, recherchez les points communs : succès, échecs et domaines dans lesquels il vous semble avoir progressé. Faites une synthèse et déterminez vos 5 points forts et vos 5 points faibles.

Points Forts	Points Faibles

Cet outil vous a ouvert de nouvelles perspectives ? Vous souhaitez approfondir votre réflexion ?

Pour aller plus loin...



EquiProCoach
Équilibre Professionnel Coaching

Evaluer ses Compétences
Savoir, Savoir-faire, Savoir-être

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

