



Trouvez votre vrai mission de vie



INTRODUCTION



La première étape est la prise de conscience, votre portrait intérieur.

Pour qui ? Pour tout personne qui ne sens pas alignée avec son métier, son travail, sa vie professionnelle. Pour la plupart des gens le temps que nous consacrons à travailler dans notre vie correspond à 65% de notre existence. Si vous n'êtes pas heureux dans votre métier, c'est la même chose que dire que vous allez être malheureux et insatisfait 65% du temps de votre vie ! Est-ce que vous vous rendez compte de l'importance du choix d'un travail et de l'impact qu'il peut représenter ? Passer 65 % du temps de votre vie à faire quelque chose qui ne vous plait pas, qui ne vous réalise pas...

Les résultats de ces mauvais choix deviennent des handicaps personnels : vous tombez souvent malade, vous n'arrivez pas être heureux, vous n'éprouvez pas une sensation d'équilibre et d'épanouissement, vous finissez par vous perdre à tel point, que vous ne savez plus qui vous êtes et ce que vous aimez. Perdu, vous ne savez plus quoi faire, ni comment changer : vous ne croyez même plus qu'un changement est possible. Vous n'osez pas car vous croyez n'avoir plus le droit au choix vu les circonstances. Vous êtes devenu otage d'une situation : une victime. Victime de vos choix, victime de vous-même car vous êtes responsable à 100% de tout ce qui vous arrive, croyez-moi.

Maintenant vous avez l'opportunité de tout changer ! Il vous suffit de décider, vous engager et vous laisser accompagner vers votre nouveau chemin. Vous avez choisi d'être coaché ! Un coach vous guide, vous aide à trouver le bon chemin, vous motive, vous soutient. Un coach ne choisit pas pour vous et il ne peut que vous guider si vous vous engagez dans le programme du coaching. Un coach travaille ensemble avec vous jusqu'à ce que vous soyez arrivé à votre objectif préalablement établi dans le processus du coaching choisi.



Prêt ? C'est parti !





NIVEAU 1

PREMIER PAS

Le premier pas consiste à savoir exactement ce que vous voulez dans le domaine professionnel, pourquoi vous voulez changer, où vous voulez travailler et pour qui. C'est la base de votre démarche qui vous donnera la direction à suivre. Pour y arriver nous allons avancer étape par étape.

La première étape c'est la prise de conscience, votre portrait intérieur.

Vous devez vous connaître, vous devez savoir ce que vous aimez et ce que ne vous aimez pas. Dans le Coaching de Transition de Carrière, nous parlons dans un premier moment de vos souhaits dans le domaine professionnel et financier. Vous devez être très honnête vis-à-vis de votre portrait car c'est au travers de celui-ci que vous allez plonger en vous-même et découvrir vos capacités, vos limites, vos pouvoirs et vos faiblesses. Sachez que vous le faites pour vous, c'est un dialogue interne et vous ne devez pas le partager avec votre entourage si vous ne le désirez pas.



Avant de commencer, vous devez tenir en compte que dans cette étape vous ne devez pas, en aucun cas, penser au «COMMENT?**». Imaginez-vous que vous êtes libre de choisir et qu'il n'existe pas de contrainte.**



Prenez la liberté, osez à décrire vos envies et vos souhaits les plus profonds, ne vous auto sabotez pas, ceci est vitale pour le processus de ce coaching. Vous allez comprendre plus tard que rien est impossible, ni difficile : nous avons tous le droit du choix, nous sommes libres de changer à n'importe quel moment de la vie, il suffit de construire un chemin en cohérence avec qui nous sommes pour que les solutions se mettent à notre portée.

**Je vous donne quelques exemples
mais soyez créatif,
il n'y a que vous qui pouvez vous
connaître,
mieux que n'importe qui !**



Ici vous allez lister les choses, activités que vous aimeriez faire dans votre domaine professionnel. Soyez claire : j'aime parler aux gens pour..., j'aime vendre car..., J'aime cuisiner..., j'aime faire des calculs, travailler avec des chiffres..., j'aime écrire car...

[illegible]



Ici vous allez lister les choses, activités que vous n'aimeriez pas faire dans votre domaine professionnel : je n'aime pas parler aux gens..., je n'aime pas rester assis devant un ordinateur tout la journée..., je n'aime pas parler au téléphone..., je n'aime pas nettoyer..., je n'aime pas avoir un patron..., je n'aime pas prendre de décisions...

This image shows a full page of white paper with horizontal dashed lines, typical of primary-ruled notebook paper. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.