

Où sont vos rêves...professionnels ?

Pour retrouver vos aspirations les plus profondes, celles que vous aviez étant enfant ou celles que le temps à enfoui en vous, pourquoi pas vous prêtez à notre simple exercice.

- **Notez** dix expériences que vous aimeriez vivre qu'elles soient ou non en relation avec vos compétences professionnelles. Ne vous censurez pas, c'est le moment de laisser libre court à vos rêves les plus fous : être actrice à Broadway, élever des chevaux en Camargue...
- **Rédigez** une phrase de description pour chaque expérience. Vous allez ensuite leur attribuer deux notes : une, selon leur degré de désirabilité (de 10 à 1, 10 étant l'expérience la plus désirable) et, une, selon leur degré de faisabilité (10 étant la plus réalisable).
- **Additionnez vos résultats** et ne travaillez, à présent, qu'à partir des trois premières expériences leaders (celles qui ont obtenues le plus grand nombre – 20 étant le maximum).
- **Analysez ces aspirations** : que racontent-elles de vous ? Dégagez ce que chacune d'elles révèlent d'important pour vous et que vous aimeriez retrouver dans votre travail. Vos descriptions renvoient au type de plaisir que vous recherchez, ce qui n'est pas sans implication en termes de condition de travail. Ainsi, ces expériences sont l'expression directe de vos valeurs professionnelles.
- **Concluez** en listant les points communs entre toutes ces expériences et hiérarchisez-les en fonction de vos priorités. Vous commencerez ainsi à voir se dessiner les contours de votre nouveau métier !

Maryse Marzolf, psychosociologue du travail
(article paru dans Vie de Famille)