

# **GB CONSEILS**

Pour l'évolution des hommes et des entreprises

## **VOTRE PARCOURS PROFESSIONNEL**

**Formation initiale et continue**

**Langues étrangères**

**Parcours : taux de satisfaction**

**Parcours : l'historique**

**Parcours : actions/motivations**

**Parcours : regrets/envies**

**Parcours : moyens de transformer le présent**

**Parcours : les caractéristiques**

**Parcours : fiche de synthèse**

**RECAPITULATIF FORMATION****FORMATION INITIALE**

Diplôme préparé	Année	Etablissement	Diplôme ou niveau

**FORMATION CONTINUE**

Contenu de la formation	Année	Organisme	Durée

# **GB CONSEILS**

Pour l'évolution des hommes et des entreprises

## **LANGUES ETRANGERES**

Caractériser vos connaissances par

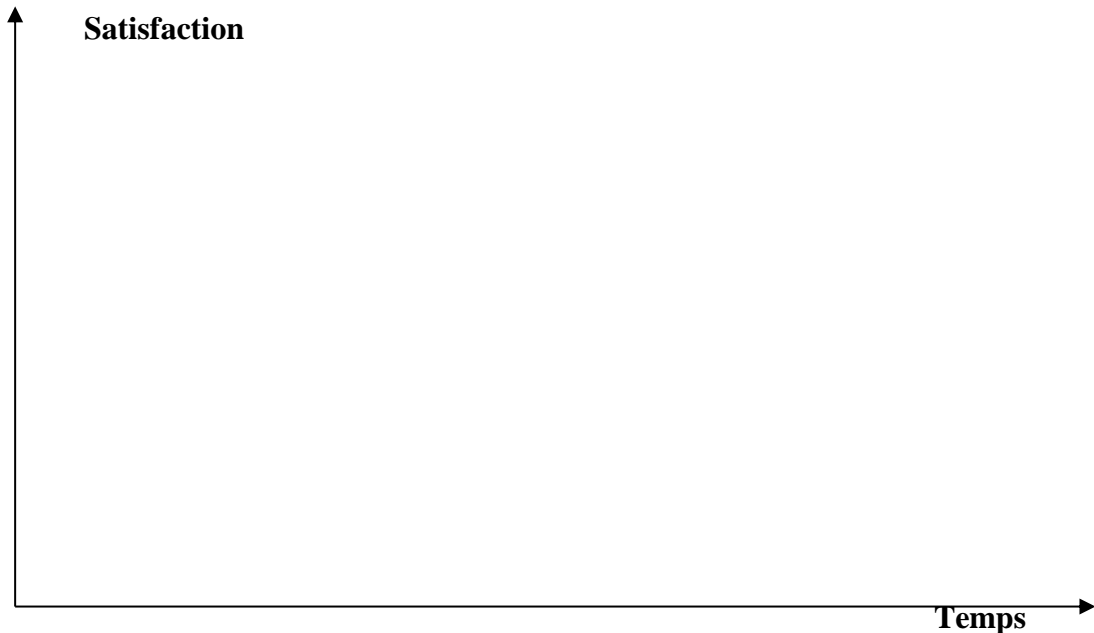
Niveau 1 (langue opérationnelle des affaires) à niveau 5 (souvenirs scolaires)

## **VOS ACTIVITES EXTRA-PROFESSIONNELLES**

(activités culturelles, sociales)

## **VOS LOISIRS – PASSIONS - SPORTS**

## PARCOURS : TAUX DE SATISFACTION



**Portez sur l'axe « temps », les dates, les noms des entreprises et votre fonction**

**Mesurez de 1 à 10 sur l'axe vertical, votre degré de satisfaction de façon spontanée depuis le début de votre vie professionnelle**

- **Quelles ont été vos difficultés et comment les expliquez-vous ?**
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
- **Quelles ont été vos réussites et comment les expliquez-vous ?**
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
- **Qu'est ce que vous en déduisez pour vous-même et pour l'avenir ?**

# **GB CONSEILS**

Pour l'évolution des hommes et des entreprises

# GB CONSEILS

Pour l'évolution des hommes et des entreprises

## Parcours : l'historique

**POSTE OCCUPE :**

**Secteur d'activité :**

**Effectif :**

**ENTREPRISE :**

**Chiffre d'affaire :**

**du ..... au .....**

<i><b>Les différentes missions liées à la fonction</b></i>	<i><b>Comment on s'y prend</b></i> Description des activités et responsabilités : - utilisez des verbes d'action, illustrez par des exemples, des chiffres, des réalisations	<i><b>Objectifs recherchés/ Résultats obtenus</b></i>

# GB CONSEILS

Pour l'évolution des hommes et des entreprises

## Parcours : l'historique (suite)

Pour chaque poste,

<b>Acquis</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- professionnels</li><li>- personnels</li></ul>	<b>Motivations</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- j'ai aimé</li><li>- je n'ai pas aimé</li></ul>
<b>Atouts</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- points forts</li><li>- points d'appui</li><li>- facilités</li></ul>	<b>Freins</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- points de vigilance</li><li>- points à améliorer</li><li>- difficultés</li></ul>

# GB CONSEILS

Pour l'évolution des hommes et des entreprises

## Parcours : l'historique

**POSTE OCCUPE :**  
**ENTREPRISE :**  
**du ..... au .....**

**Secteur d'activité :**  
**Chiffre d'affaire :**

**Effectif :**

<i><b>Les différentes missions liées à la fonction</b></i>	<i><b>Comment on s'y prend</b></i> Description des activités et responsabilités : - utilisez des verbes d'action, illustrez par des exemples, des chiffres, des réalisations	<i><b>Objectifs recherchés/ Résultats obtenus</b></i>



# GB CONSEILS

Pour l'évolution des hommes et des entreprises

## Parcours : l'historique (suite)

Pour chaque poste,

<b>Acquis</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- professionnels</li><li>- personnels</li></ul>	<b>Motivations</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- j'ai aimé</li><li>- je n'ai pas aimé</li></ul>
<b>Atouts</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- points forts</li><li>- points d'appui</li><li>- facilités</li></ul>	<b>Freins</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- points de vigilance</li><li>- points à améliorer</li><li>- difficultés</li></ul>

## **PARCOURS : ACTION / MOTIVATION**

Vos motivations sont essentielles car ce sont elles qui vous mettent en mouvement. Leur origine, leur continuation, leur disparition dépend de multiples facteurs et, en premier lieu, de vos expériences antérieures.

Dites en quelques mots, en utilisant des verbes d'actions :

Ce que vous avez beaucoup aimé faire et que vous souhaitez retrouver à nouveau

Ce que vous aimez et que vous n'avez plus du tout envie de recommencer

Ce que vous n'avez pas aimé faire et que vous ne voulez pas refaire

Ce que vous n'avez jamais fait et que maintenant vous auriez envie de faire

**PARCOURS : REGRETS - ENVIES**

**Quelles sont vos connaissances que vous n'avez pas pu utiliser dans votre vie professionnelle ?**

**Quelles sont vos connaissances que vous avez vraiment envie d'utiliser ?**

**Quelles sont vos compétences ou savoir-faire que vous n'avez pas pu utiliser dans votre vie professionnelle ?**

**Quelles sont les compétences ou savoir-faire que vous avez vraiment envie d'utiliser ?**

## **Moyens de transformer le présent**

- 1. Identifier ce qui ne va pas très bien ou qui pourrait être amélioré :**
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
- 2. Identifiez les points sur lesquels vous pouvez être plus performant**
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
- 3. Que souhaitez-vous acquérir ou développer ?**
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
- 4. Que souhaitez-vous conserver ou changer ?**
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
- 5. Quels sont les obstacles à surmonter ?**
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
- 6. Quels sont les moyens à mettre en œuvre ?**

**Parcours : les caractéristiques**

- 7. Définissez votre parcours en termes d'évolution, progression, réorientation, cohérence, changement...**
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
- 8. Définissez votre parcours en termes de choix, opportunités, nécessité, hasard...**
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
- 9. Quels ont été, selon vous, les moments clés de votre parcours ?**
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
- 10. Qu'est ce qui a été moteur dans votre parcours et facteur de professionnalisation**
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
- 11. Y –a-t-il une divergence entre votre projet de départ (formation, stages, vocation...) et votre métier ? Si oui, est ce positif pour vous ?**
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
- 12. Et si c'était à refaire ?**

## **PARCOURS : FICHE DE SYNTHESE**

### **Comment avez-vous concilié aspirations et activités professionnelles ?**

- Intérêts personnels non pris en compte dans votre vie professionnelle
- Vos activités extraprofessionnelles et leur importance pour vous

### **Comment avez-vous vécu votre trajectoire professionnelle ?**

- Ce que vous avez particulièrement aimé
- Ce que vous n'avez pas du tout apprécié

### **Qu'est ce que cela peut induire pour l'avenir ?**

- Ce que vous aimeriez ?
- Ce que vous n'aimeriez surtout pas ?