

## *Cahier de vacances Playitagain*

\*\*\*\*\*

# *Sauras-tu booster ta reconversion professionnelle ?*

*Jeu : Détermine ton projet de vie et communique dessus*

**Tu as la quarantaine, ton travail ne te plaît plus et tu souhaites changer de vie... et de métier.** Oui mais voilà, tu rumines cette idée dans ta tête depuis des années et tu ne te sens pas le courage de passer à l'action. Pas d'inquiétude, ce n'est qu'une question de méthode et nous allons t'aider.

**Tout d'abord, vers quoi souhaiterais-tu te tourner ?** Pas d'affolement, il n'y a pas cinquante solutions possibles. A quarante ans passés, il est rare que l'on se découvre l'envie pressante de devenir comptable, plombier, chirurgien dentiste ou assureur. En gros, il y a deux options de reconversion. Ouf ! ça limite les choix.

- **Ouvrir des chambres d'hôtes** (si tu as la fibre service)
- **Devenir coach bien-être** (yoga, herboristerie, rebirth, massage ayurvédique... si tu as la fibre care)

Alors, fibre service ou fibre care ?



Quand tu auras décidé, il te faudra un peu de formation, mais ce n'est pas le plus important. Quelques livres suffiront. **Le plus important, c'est ce qui rayonnera de toi et comment tu vas le communiquer.**

Et là, on va vraiment t'aider.

Pour montrer que tu es un ou une pro et donner envie à tes futurs clients, tu vas réaliser **une représentation graphique !**

« Mais je ne sais pas dessiner !!!! »

Du calme, avec méthode, on peut tout faire. Et puis, des bonhommes patates, tu savais en faire à la maternelle, alors...

*Pour te guider*, je vais te donner un exemple.

Imaginons que je veuille me reconvertir dans le métier de plombier (je prends cet exemple que tu ne prendras pas pour ne pas t'influencer).

**Première étape :** Brainstorme pour établir une liste de mots positifs, en lien avec ton futur métier.

- soudure, tuyau, fuite, raccord, cuisine, salle de bain, dépannage, client, relation client, confort, sécurité.

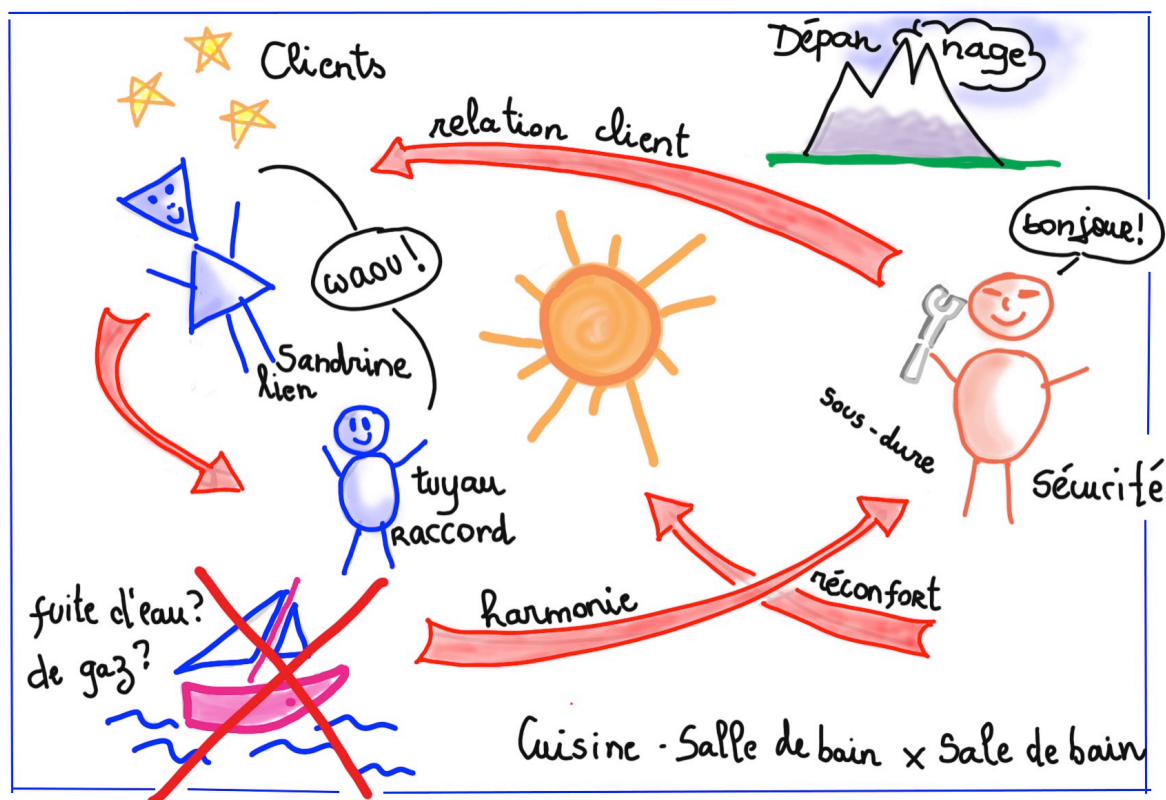
**Deuxième étape :** choisis des images qui t'inspirent (ne réfléchit pas trop, laisse faire le hasard)

- un soleil, une montagne, un bateau, des étoiles

**Troisième étape :** avec un dé que tu jettes, définis le nombre de flèches et de bonhommes que tu auras le droit d'utiliser.

- 5 flèches, 3 bonhommes

**Quatrième étape :** passer à l'action. Tu places en premier tes personnages, tes flèches, tes symboles, tu finis pas les mots, tu ajoutes des couleurs et le tour est joué.



Tu vois ce n'est pas si difficile, à toi de jouer !

Tu verras, le résultat sera coloré, on ne comprendra pas tout, mais on sentira que tu y as mis tout ton cœur, l'essentiel est là. Bravo l'artiste.

Et tu auras là une belle représentation graphique qui te définira dans ton nouveau métier et donnera envie de travailler avec toi.

Tu la mettras sur LinkedIn, tes amis la likeront. Tu la mettras aussi sur ton site. Mais là nous t'apprendrons à réaliser un site dans un prochain exercice.

Allez, booste ton changement de carrière !

### Plus sérieusement, le savais-tu ?

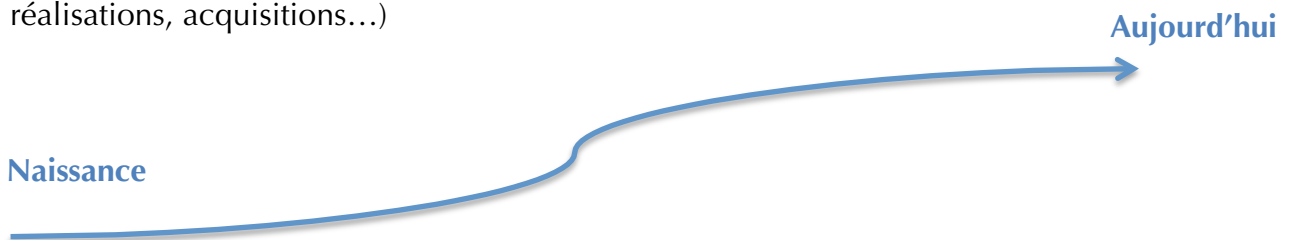
9 français sur 10 ont envie de changer de vie ou de métier (sondage AEF Info)  
38% passent à l'acte, surtout chez les jeunes.

Les raisons ? Une recherche d'un meilleur équilibre de vie, d'une quête de sens – se sentir utile, d'une meilleure rémunération...

40% ne savent pas par où commencer  
30% ont peur de sortir de leur zone de confort

### À toi de jouer

Sur une grande feuille, dessine une ligne de vie. Une ligne qui part de ta naissance et va jusqu'à aujourd'hui. Tu y inscribes toutes tes réussites (rencontres importantes, réalisations, acquisitions...)



Continue ta ligne de vie sur une autre feuille. Que voudrais-tu y voir figurer comme réussites ?



Pour aller plus loin et te former

Coaching individuel :

<https://www.playitagain.fr/coaching/coaching-individuel/>

**Va voir les autres fiches du cahier de vacances :**

<https://www.playitagain.fr/blog/les-cahiers-de-vacances-de-playitagain/>

Tous droits réservés