Choisir – Planification de carrière

Elle se remet en question pendant plus d'un an …et devinez ce que sa mission professionnelle lui confirme. 2

Une jeune adulte vit de l'anxiété au travail… et vous serez étonné des leçons apprises dans son cheminement. 4

Elle endure son emploi pendant neuf ans … et voyez ce que sa réflexion lui inspire. 6

Il est au bord de la dépression … vous envierez le plan de carrière qu'il a mis en œuvre. 8

Une hygiéniste dentaire n'en peut plus des horaires irréguliers et des embouteillages … et vous serez charmé par la nouvelle vie qu'elle mène. 10

Une ingénieure vit une crise d'identité… et vous voudrez imiter ce qu'elle a fait pour en sortir grandie. 12

Elle quitte son poste du gouvernement fédéral … et vous serez inspiré par la nouvelle vie qu'elle mène. 14

Réussir - Recherche d'emploi

Elle a besoin d'aide pour son entrevue … et imaginez l'outil indispensable qu'elle découvre. 16

Elle partage candidement ses aspirations professionnelles … osez lire son témoignage pour savoir ce qu'elle en retire véritablement. 18

Elle échoue son entrevue de sélection en médecine … et grâce à cela, vous aurez la preuve qu'aucune question d'entrevue ne peut être échouée. 20

S'accomplir - Développement de compétences

Une gestionnaire éprouve des difficultés avec la productivité de son équipe … et voyez comment les membres de son équipe finissent par la remercier. 22

Il admet son désengagement à sa gestionnaire … et vous serez surpris de ce que son authenticité lui apporte. 24

Elle se remet en question pendant plus d'un an …et devinez ce que sa mission professionnelle lui confirme.

« La vie c'est comme une bicyclette,
il faut avancer pour ne pas perdre l'équilibre. »
Albert Einstein

AVANT DE COMMENCER le programme Épanouissement professionnel, cela faisait quelque temps que je me demandais si le domaine de l'économie était le bon domaine pour moi. J'avais le sentiment de ne pas avoir d'aspirations professionnelles claires. J'enviais même un peu les personnes qui savaient qu'être chanteur, cuisinier ou ingénieur était leur vocation.

Pendant environ un an, j'ai tenté de répondre à cette question par moi-même, en lisant et en cherchant d'autres postes au pays et à l'étranger. Cependant, mes efforts n'aboutissaient pas et **j'avais l'impression d'être encore plus confuse**.

Pourtant, j'avais déjà entendu parler du coaching de carrière. J'ai donc tenté de trouver quelqu'un offrant ce genre de service dans la région. Une amie qui avait déjà travaillé avec *e*volupro pour des questions de gestion de carrière m'a suggéré de les contacter. Cela a été le début d'une belle aventure.

Le **facteur qui m'a convaincue** d'entamer le programme offert par *e*volupro a été son objectif, soit de développer un plan de carrière, une fois la mission professionnelle définie. La démarche offerte était ciblée avec des exercices concrets pour répondre à mes questions.

Ce n’est pas tout! Lors des discussions initiales, j’ai trouvé qu’Andrée faisait preuve de beaucoup de professionnalisme et d’une grande intuition quant à mon questionnement, ce qui m’a confirmé que la démarche serait vraiment personnalisée. J’ai de plus eu la chance qu’une partie des frais du programme soit couverte dans le cadre de mon plan d’apprentissage au travail.

Le programme m’a permis d’atteindre mon objectif. J'ai compris que ma vocation professionnelle n'était pas un métier particulier, mais était plutôt la réalisation de certaines actions pouvant s’accomplir dans une multitude de postes, et non dans un domaine spécifique. J'ai donc identifié des objectifs concrets pour ma planification de carrière des cinq prochaines années et les stratégies pour y parvenir. J'ai aussi acquis une meilleure connaissance de mes forces et faiblesses professionnelles avec en prime, une confiance en moi accrue.

Vous pensez abandonner?
Saviez-vous que … Walt Disney
s’est fait rire au nez par 301 banques
concernant son idée de parc à thème?

Je suis convaincue que cela vaut la peine d’avoir investi dans le programme Épanouissement professionnel. C’est un avantage incontestable d’avoir quelqu'un pour orienter sa réflexion et son cheminement de carrière, car il peut être facile de tourner en rond devant un si vaste questionnement. Le programme demande du temps et des efforts, mais c’est beaucoup plus efficace d'être dirigé et d’avoir des outils pour cerner et définir le chemin! Enfin, Andrée est une personne extraordinaire que je suis contente d’avoir connue.

Économiste (EC-07)
Bureau du Conseil privé du Canada

Une jeune adulte vit de l’anxiété au travail… et vous serez étonné des leçons apprises dans son cheminement.

« En apparence, la vie n'a aucun sens, et pourtant,
il est impossible qu'il n'y en ait pas un! »
Albert Einstein

UN AN APRÈS MON ENTRÉE SUR LE MARCHÉ DU TRAVAIL, je me suis retrouvée en congé de maladie en raison d'un épuisement professionnel et d'une dépression. Cette situation a suscité une **importante perte de confiance** en mes compétences et a généré de sérieux doutes sur les choix professionnels que j'avais faits jusqu'alors. Ceci m'a amenée dans un état d'indécision et d'anxiété vocationnelle.

Sentant que j'avais besoin d'un accompagnement sérieux pour résoudre le malaise vécu par rapport à ma situation professionnelle, j'ai approché *e*volupro qui m'a alors proposé d'entamer une démarche de planification de carrière. Le programme Épanouissement professionnel, qui consistait en une approche holistique, m'a permis de **redonner un sens à ma vie professionnelle** en réaffirmant la pertinence de mes choix et en me redonnant confiance dans mes compétences. Il m'a aussi amenée à la conclusion que le milieu de travail dans lequel j'évoluais était conflictuel et improductif pour l'avancement de ma carrière.

Mais le plus important, c’est qu’avec les avis professionnels et respectueux de l’experte en gestion de carrière, j'ai pris la **décision de quitter cette entreprise** et d'entamer une nouvelle recherche d'emploi. Forte de mes récents acquis en planification de carrière, je décrochais quelques semaines plus tard un nouvel emploi dans mon domaine et dans un organisme dont le milieu était beaucoup plus sain, harmonieux et qui correspondait davantage à mes valeurs.

Vous pensez abandonner?
Saviez-vous que … 2000 tentatives sont nécessaires
à un bébé pour réussir ses premiers pas?

Cette démarche m'a définitivement permis de prendre des décisions éclairées concernant mon avancement professionnel et a assurément contribué à me permettre de **mettre derrière moi cet épisode de dépression**.

Étudiante entrant sur le marché du travail

Elle endure son emploi pendant neuf ans … et voyez ce que sa réflexion lui inspire.

« Il est plus facile de désintégrer un atome qu'un préjugé. »
Albert Einstein

PENDANT 14 ANS J'AI OCCUPÉ UN POSTE EN COMPTABILITÉ dans lequel j'excellais et qui m'apportait une certaine sécurité financière. Après cinq ans dans ce poste, je me suis mise à chercher un autre emploi, sans trop savoir ce que j'aimerais faire. Toutefois, je me disais : « Pourquoi partir? J'ai de bonnes conditions de travail et je devrai tout recommencer à nouveau… »

Toutes ces années, au plus profond de moi-même, j'étais en mode : « je me laisse porter par le vent, sans être capable de changer le gouvernail ». Avec le recul, je constate que de jour en jour je m'éloignais de moi, jusqu'à ce que le diagnostic tombe : **dépression**.

Me croiriez-vous si je vous disais, qu'un soir, j'ai trouvé par hasard, sur la page Facebook d'Andrée Martineau, la mention du fait qu'elle avait permis à un jeune homme de réussir une entrevue pour un poste? En pleine nuit, je lui ai envoyé un message, lui expliquant ma situation : en pleine recherche de moi-même. C'est alors qu'elle m'a proposé le programme Épanouissement professionnel.

Ce programme est développé de façon à ce que l'on soit capable de faire des choix, de reconnaître ce qu'on aime vraiment et de mettre ses peurs de côté. Donc, si on choisit de faire quelque chose qu'on aime… on sait qu'on excellera dans nos nouvelles fonctions.

Ce n'est pas tout! Ce programme m'a permis de me regarder dans le miroir, de me défaire de mes démons intérieurs, de fouiller au plus profond de moi et de faire face à ce que j'avais toujours mis de côté. **Cela m'a permis de réaliser mon rêve de petite fille**, qui est en fait ma mission de vie, soit d'offrir un moment de détente aux gens, afin qu'ils puissent briller de mille feux. J'ai donc démissionné de mon poste et me suis inscrite à

une formation de coiffeuse. Je suis en train de développer mon plan d'affaires pour démarrer mon entreprise.

Vous pensez abandonner?
Saviez-vous que … le succès de Steve Jobs,
l'ancien co-fondateur, président et chef de l'exploitation
de la compagnie Apple, a commencé dans un garage?

Andrée est, à mon avis, un ange qui a été mis sur ma route pour la changer. M'offrir une telle expérience a été pour moi tout un investissement puisque **cela a changé ma façon de vivre ma vie** et d'en profiter pleinement. Trop souvent nous attendons pour agir, simplement par peur de l'inconnu.

Je ne remercierai jamais assez *e*volupro pour les services qu'ils offrent.

Ancienne comptable
qui réalise son rêve de devenir coiffeuse

Il est au bord de la dépression … vous envierez le plan de carrière qu'il a mis en œuvre.

« *Un problème sans solution est un problème mal posé.* »
Albert Einstein

J'AI ENTAMÉ MA CARRIÈRE DANS LE DOMAINE DE LA SÉCURITÉ, un domaine qui me passionnait depuis longtemps. Après quelques années à travailler au sein de la Gendarmerie royale du Canada (GRC), j'ai commencé à ressentir un malaise : je n'étais plus heureux, sans trop savoir pourquoi. Ce malaise s'est accru et est devenu omniprésent dans ma vie. À la souche, le malaise était dû au fait qu'il manquait une composante intégrante à mon identité : j'ai besoin de travailler à l'étranger. Sans même le savoir, j'enlignais mon travail avec cette valeur, mais ne parvenais pas à la concrétiser. Malgré les récompenses pour du travail bien fait que je recevais, ce manque avait un impact considérable sur ma vie, autant professionnelle que personnelle. Un changement draconien dans mon milieu de travail a fait exploser le malaise et m'a amené au bord de la dépression.

Durant tout ce temps, je me confiais à des amis proches et à ma famille mais sans vraiment trouver de réconfort. Un jour, une amie m'a fait part de son expérience avec *e*volupro. C'était intéressant, mais à ce moment-là, **je broyais du noir et j'étais incapable de prendre une décision**, tel un toxicomane qui reste accroché à sa drogue car il ne peut pas s'avouer qu'il a un problème. Malgré cela, j'ai contacté *e*volupro et demandé de l'information. Toutefois, je n'étais pas convaincu que c'était ce dont j'avais besoin.
Et puis, un beau jour, l'experte en gestion de carrière m'a relancé. Je suis *extrêmement* content qu'elle l'ait fait. À ce moment, j'en avais assez et je voulais changer. Et j'avais besoin d'aide : je savais plutôt précisément ce que je voulais devenir, mais je ne savais pas comment m'y rendre. Nous nous sommes entendus sur le programme Épanouissement professionnel. J'ai dû refaire mon budget personnel pour trouver

l'argent pour me le permettre. **Régler mon problème était devenu la priorité dans ma vie**. J'ai aussi demandé à étaler les séances en plusieurs mois, question de pouvoir effectuer les paiements.

Vous pensez abandonner?
Saviez-vous que … ça a pris 1000 façons à Edison
pour « ne pas » faire une ampoule
avant de trouver comment en fabriquer une?

Les deux premiers modules m'ont permis de confirmer mes valeurs personnelles et professionnelles. Un déclic s'est produit au courant du troisième module : j'ai pris conscience que je pouvais acquérir les compétences nécessaires pour me rendre à mon travail idéal *par moi-même à l'extérieur* de mon emploi, sans être menotté par celui-ci. Ceci était la culmination de quatre mois de réflexion sur les questions du programme. Le stress accumulé durant plusieurs années s'est dissipé. **Ma vie était soudainement légère**. Ceci m'a fait un bien immense.

J'ai alors pu élaborer un plan de carrière pour les cinq prochaines années me permettant de gérer mes talents comme la fonction publique fédérale le préconise. Je suis présentement en train de parcourir le plan que j'ai établi et tout va de l'avant. J'ai déjà vécu une première réussite très significative : j'ai changé d'emploi! J'ai une clarté inouïe de ma situation professionnelle et je sais comment m'y prendre. Je suis maintenant outillé pour obtenir les expériences et les compétences nécessaires pour mon emploi et ma carrière de rêve. En plus de cette clarté professionnelle acquise, mon cheminement avec evolupro en a été un tout autant personnel. Je suis maintenant une meilleure personne. J'en suis profondément reconnaissant.

Officier dans le domaine international
Fonction publique fédérale

Une hygiéniste dentaire n'en peut plus des horaires irréguliers et des embouteillages … et vous serez charmé par la nouvelle vie qu'elle mène.

« *L'imagination est plus importante que le savoir.* »
Albert Einstein

JE CONNAIS ANDRÉE MARTINEAU personnellement. Cela faisait plus de cinq ans que je ne l'avais pas vue. Je l'ai croisée à une station-service, alors qu'elle était de passage à Montréal. À ce moment précis, j'étais en plein questionnement professionnel. Je voulais changer de domaine de travail. J'étais hygiéniste dentaire et je voulais devenir entraîneur sportive. Je trouvais de plus en plus difficile de travailler à l'intérieur, de m'ajuster à des horaires de travail irréguliers et de passer plusieurs heures dans des embouteillages. J'étais très emballée par ce nouveau projet mais j'ignorais comment transférer l'ensemble de mes compétences d'un domaine à un autre. Comme je n'avais pas fait d'entrevue depuis plus de sept ans, **j'avais peur de ne pas savoir quoi répondre** tellement les deux mondes étaient différents.

Je n'ai pas cru au hasard quand j'ai croisé Andrée et j'en ai profité pour lui parler de mes projets. Lorsque j'ai vu l'annonce du poste dont je rêvais à Cardio Plein Air, un mois plus tard, je l'ai immédiatement contactée pour utiliser ses services relativement au programme de Recherche d'emploi. Son accompagnement m'a permis de reprendre confiance en mes capacités mais surtout d'**être capable de présenter mes compétences même si je n'avais jamais fait ce métier**. J'étais mal à l'aise. Une hygiéniste dentaire qui se dit entraîneuse sportive… il fallait le faire!
Nous avons donné **un nouveau look à ma candidature** (lettre et curriculum vitae) et ma confiance était à son meilleur! Un mois plus tard, la stratégie utilisée fonctionnait. J'étais convoquée pour une entrevue. Avec Andrée, j'ai planifié en détail mes réponses d'entrevue et elle m'a amenée à bien comprendre les attentes du comité de sélection afin que je puisse les convaincre que j'étais la candidate parfaite! L'entrevue n'était pas facile parce qu'il fallait que j'anime un groupe pendant 15 minutes. Je devais vraiment faire mes preuves. J'ai révisé ma routine avec Andrée qui m'a aidée à prendre conscience des

éléments essentiels pour assurer ma réussite. Je n'ai jamais investi autant d'heures de préparation pour une entrevue.

Aujourd'hui, je peux dire que ça en valait l'effort et j'en suis pleinement satisfaite parce que **j'occupe le poste que je souhaitais obtenir**.

Vous pensez abandonner?
Saviez-vous que … la célèbre Oprah Winfrey a déjà été congédiée d'un poste de chroniqueuse à la télévision parce qu'elle ne « fittait » pas ?

Cette transition s'est faite à la vitesse de l'éclair et comme par magie, tout s'est placé. Je mène la vie dont je rêvais. Tous les jours je suis remplie d'une énergie nouvelle tellement **cela correspond pleinement à qui je suis**. J'aide des dizaines de femmes à rester en forme tout en profitant du plein air. Vous pouvez en être témoin sur ma page Facebook et je serais ravie que vous veniez rejoindre ma gang!

Même si ce changement m'inquiétait et me sortait de ma zone de confort, j'avais pleinement confiance et je sentais que je faisais la bonne chose pour moi. Le soutien d'evolupro a surtout été pour **comprendre les règles du processus d'embauche** avec lesquelles je n'étais pas à l'aise. Je recommanderais Andrée à tous ceux et celles qui ne savent pas comment démontrer leurs atouts parce qu'elle m'a appris à présenter mon expertise de façon professionnelle et **avec confiance**.

Entraîneure sportive
Cardio Plein-Air

Une ingénieure vit une crise d'identité… et vous voudrez imiter ce qu'elle a fait pour en sortir grandie.

« Ce qui compte ne peut pas toujours être compté,
et ce qui peut être compté ne compte pas forcément. »
Albert Einstein

CELA FAISAIT SEPT MOIS QUE J'AVAIS DÉLIBÉRÉMENT QUITTÉ MON EMPLOI dans le Grand Nord québécois et que je cherchais à me réorienter dans un domaine professionnel connexe au génie géologique ou dans un tout autre domaine dans la région de l'Outaouais. Malgré mes démarches, j'avais de la difficulté à trouver un emploi et surtout à **définir ce que je voulais vraiment faire**. C'est alors qu'une de mes amies m'a parlé des services offerts en gestion de carrière par evolupro.

À la suite d'une discussion téléphonique avec la firme, il m'apparaissait clairement que le programme Épanouissement professionnel était tout désigné à ma situation personnelle et professionnelle. En effet, j'avais principalement trois objectifs :

1- Je voulais approfondir davantage ma réflexion professionnelle par des questions plus poussées. J'avais travaillé très fort pendant cinq ans et demi lors de mon dernier emploi et je pouvais me permettre de m'arrêter un certain temps afin de réfléchir à mon avenir.

2- Je voulais préciser mes besoins, aptitudes, centres d'intérêt et talents. Dans le tourbillon de la vie professionnelle où tout va très vite, je m'étais perdue personnellement et professionnellement.

3- Enfin, je voulais obtenir du soutien pour mettre en valeur mes acquis et évaluer la possibilité de les transmettre dans un autre métier.

Au bout de 10 mois, j'ai terminé cette belle aventure que j'ai adoré vivre avec Andrée. Cette période m'a permis de réfléchir à ma situation, de répondre à mes questions et surtout à prendre des décisions pour ma vie future. Aujourd'hui j'ai créé ma propre entreprise en ingénierie : Gesmin Royer Inc.! En un an, j'ai obtenu deux contrats et dernièrement, **j'ai décroché un emploi** chez CANMET à Ottawa. J'ai mis sur des cartons que je garde précieusement dans une petite boîte sur ma table de travail tout le cheminement du programme Épanouissement professionnel. Lorsque le besoin s'en fait ressentir, je replonge dans cette belle réflexion qu'*e*volupro m'a permis de façonner, afin de me recentrer sur qui je suis et ce que je veux dans ma vie personnelle et professionnelle.

Vous pensez abandonner?
Saviez-vous que … 26 maisons d'édition
ont refusé à Tim Ferris de publier
sa « semaine de quatre heures »?

Si c'était à refaire et que j'avais les connaissances actuelles, **j'aurais fait appel aux services professionnels d'*e*volupro bien plus tôt**! Et pour ceux et celles qui hésitent à se lancer, laissez-vous guider et accompagner dans cette aventure, vous en ressortirez grandis et avec une multitude d'outils pour votre carrière.

Ingénieure géologue déboussolée

Elle quitte son poste du gouvernement fédéral … et vous serez inspiré par la nouvelle vie qu'elle mène.

« *Les amères leçons du passé doivent être réapprises sans cesse.* »
Albert Einstein

J'AI QUITTÉ LA FONCTION PUBLIQUE FÉDÉRALE À L'AUTOMNE 2012, après 23 ans de « service » au sein de l'Agence canadienne de développement international. J'y ai vécu de très belles années et ma progression de carrière a été très satisfaisante (de PM-02 à PM-06), entourée de collègues fantastiques - c'était ma deuxième famille. Cependant, les dernières années ont été difficiles à vivre, et cela se ressentait jusqu'à la maison. **Je n'avais plus l'impression que mon travail contribuait** à quelque chose de significatif, et les nombreux changements visant l'ACDI ne correspondaient plus à mes valeurs. J'ai donc décidé de quitter avant que ma petite flamme intérieure ne s'éteigne définitivement ou que je souffre d'épuisement professionnel.

L'élément déclencheur de cette décision a été un lunch en juillet avec un ancien collègue qui avait tiré sa révérence un an plus tôt. En l'écoutant relater les raisons pour lesquelles il avait quitté, qui décrivaient exactement comment je me sentais, je me suis ENFIN permis d'écouter cette petite voix intérieure qui me chuchotait depuis un bon moment « c'est le temps de passer à autre chose ». Le **sentiment de liberté et de bien-être qui m'a alors habitée** a confirmé ma conviction que mon avenir professionnel était ailleurs, mais je ne savais pas encore où exactement.

J'ai alors contacté *e*volupro pour entreprendre le programme Épanouissement professionnel. J'en étais rendue à un moment charnière de ma vie et je pouvais m'offrir le temps d'entreprendre cette démarche pour **découvrir ma mission de vie[1] et m'assurer que mon changement de carrière soit arrimé à mes vraies aspirations, à qui JE suis vraiment**.

[1] *Propager les bienfaits du jardinage et fleurir l'environnement des gens qui m'entourent afin de contribuer à leur bonheur.*

C’est ce qui est arrivé! J’ai d’abord complété un Certificat en horticulture et gestion d’espaces verts de l’Université Laval (programme à distance). Puis, j’ai travaillé en production de plantes ornementales en serres et vente/conseils en centre jardin. J’ai aussi réalisé des plans d’aménagement paysager et exécuté certains travaux d’aménagement, tout en faisant de la tenue de livres et de la gestion de projet de rénovation domiciliaire en parallèle. J’ai découvert grâce à toutes ces expériences que j’avais besoin de travailler en équipe et je m’organise pour être bien entourée pour compléter la mise sur pied de mon entreprise.

Vous pensez abandonner?
Saviez-vous que … Steven Spielberg
a été recalé trois fois dans ses études de cinéma?

Je n’ai jamais regretté d’avoir quitté la fonction publique. Je sais que je suis en train d’accomplir ma mission de vie. Je ne crois pas que je serais rendue où je suis si je n’avais pas eu le privilège de réaliser le programme Épanouissement professionnel avec *e*volupro, car cela m’a permis d’avoir une meilleure connaissance de moi-même et de mes aspirations professionnelles, en plus de **me redonner confiance en moi et en mes compétences**, pour me propulser vers l’avant, vers ma deuxième carrière. Aujourd’hui je suis à l’aube de mes 50 ans et je sais qu’il me reste 10 à 15 années avant de pouvoir prendre ma retraite. J’ai bien l’intention de les vivre pleinement et d’être heureuse dans toutes les sphères de ma vie.

Ancienne fonctionnaire fédérale
se spécialisant en horticulture

Elle a besoin d'aide pour son entrevue … et imaginez l'outil indispensable qu'elle découvre.

« *J'aime penser que la lune est là même si je ne la regarde pas.* »
Albert Einstein

ADMETTRE QUE LE POSTE DE DIRECTRICE pour le service juridique d'un radiodiffuseur national que j'occupais depuis plus de 10 ans ne me convenait plus a été un **constat très difficile à faire**. Réaliser que je devais réorienter ma carrière à la fin de la quarantaine dans une ville où je m'étais établie depuis moins de cinq ans a été une situation angoissante. Je ne pouvais pas faire d'erreur et devais mettre toutes les chances de mon côté afin de réussir.

Étant domiciliée dans la Région de la capitale nationale, je me suis intéressée à la fonction publique et aux postes alors disponibles. Ces processus de dotation sont particuliers, les énoncés de critères de mérite et les étapes de sélection totalement différents de ceux du secteur privé. J'avais besoin d'aide afin de m'y retrouver et **poser une candidature qui saurait se démarquer des autres**. C'est pourquoi j'ai décidé de faire appel à *e*volupro afin de m'épauler dans cette aventure.

Ils m'ont fait part des services qu'ils pouvaient offrir et je n'ai pas été déçue, pas une seule seconde. Grâce aux stratégies proposées par le programme de mise en candidature, nous avons concentré nos efforts uniquement sur la préparation de mon entrevue et sur les éléments que je devais mettre de l'avant afin de rehausser ma candidature. La gestion des ressources humaines était une composante importante des fonctions du poste que je convoitais.

L'entrevue a été consacrée à des mises en situation lors desquelles, j'ai pu, avec les conseils d'Andrée, exceller. J'ai d'ailleurs eu des commentaires à la suite de mon entrevue confirmant que j'avais extrêmement bien répondu aux questions.

Il y a eu **plusieurs clés à mon succès** : analyser avant de répondre, comprendre que chaque situation est différente selon les individus en place, bref que « ça dépend » !

Vous pensez abandonner?
Saviez-vous que … cinq maisons d'édition
ont refusé de publier Harry Potter?

Réaliser qu'une réponse parfaite n'a pas à être donnée dans tous les cas a constitué pour moi un outil indispensable à ma réussite professionnelle. Cela m'a procuré **une assurance et une confiance en moi** qui m'ont permis d'obtenir non seulement le poste que je convoitais mais, 15 mois plus tard, un autre poste à un niveau encore plus élevé.

À ceux qui désirent compléter leur boîte à outils, profiter d'une expertise exceptionnelle et réussir à atteindre leurs buts, **je conseille sans aucune hésitation** de faire appel aux services d'*e*volupro. Ce ne peut qu'être bénéfique !

Directrice exécutive et Avocate générale
Fonction publique fédérale

Elle partage candidement ses aspirations professionnelles … osez lire son témoignage pour savoir ce qu'elle en retire véritablement.

« *Rien n'est plus proche du vrai que le faux.* »
Albert Einstein

J'ÉTAIS TOUTE NOUVELLE DANS LA FONCTION PUBLIQUE et je ne connaissais rien à l'avancement de carrière dans ce contexte, même si j'avais déjà travaillé dans des milieux de travail très intéressants avant de me joindre au gouvernement fédéral. Dès mon arrivée, j'ai fait la connaissance d'Andrée lors des sessions en gestion de carrière offertes par mon ministère.

Avec du recul, je vois ceci comme un vrai cadeau, puisque c'était un service gratuit. Mais dès qu'Andrée a lancé son entreprise, *e*volupro, je n'ai pas hésité à continuer à travailler avec elle. **Ce que j'aime avant tout c'est son enthousiasme** ainsi que le fait qu'aucun sujet ne lui fait peur.

Chaque fois, elle a su s'adapter! Mais ce que j'apprécie encore plus chez *e*volupro c'est qu'ils comprennent le contexte et me poussent à trouver les informations dont j'ai besoin. En plus d'être très flexibles, patiemment ils savent me soutenir et m'aider à cibler mes lacunes, clarifier ce que je veux et **me redonner l'assurance dont j'ai besoin pour atteindre mes objectifs**.

Bien sûr, inutile de dire que le gros du travail se fait seul, mais avoir une « boussole », c'est crucial, sinon on peut facilement se perdre…

J'ai commencé à utiliser les services d'Andrée Martineau dès mon entrée sur le marché du travail. Depuis, chaque fois qu'un poste m'intéresse, je fais appel aux méthodes du programme de Recherche d'emploi. Cela m'a aidée non seulement à postuler pour des postes au sein du gouvernement fédéral, mais aussi à mieux **présenter mes forces, mes capacités et mes qualités avec assurance** sans avoir l'impression de me vendre. Ceci a joué un rôle clé dans plusieurs des processus de sélection auxquels j'ai participés. En plus, le suivi effectué dans le cadre du programme fait en sorte que je me sens énergiquement liée à eux. En effet, il m'arrivait de recevoir un appel de suivi et ce, juste au moment où j'allais passer une autre étape dans un concours!

Vous pensez abandonner?
Saviez-vous que … Marilyn Monroe
s'est fait dire par un agent de la mode
qu'elle devrait être secrétaire?

Le programme de recherche d'emploi m'a appris comment organiser mes pensées, comment me préparer pour une entrevue ou un examen et quoi faire quand j'ai moins de 24 heures pour me préparer… Et, l'important dans tout cela, chaque fois que je me suis préparée avec ce programme, **j'ai réussi cette étape du concours**. Je crois que ce programme me porte bonheur ☺ Je suis très heureuse où je suis maintenant dans ma carrière mais je sais que quand le temps viendra de postuler encore, il n'y a aucun doute - je vais faire à nouveau appel à ce programme!

Gestionnaire de programme (PM-05)
Affaires mondiales Canada

Elle échoue son entrevue de sélection en médecine … et grâce à cela, vous aurez la preuve qu'aucune question d'entrevue ne peut être échouée.

« La connaissance s'acquiert par l'expérience,
tout le reste n'est que de l'information. »
Albert Einstein

J'AI TOUJOURS VOULU DEVENIR MÉDECIN : j'avais envie d'aider les gens. Le parcours pour y parvenir est toutefois difficile. J'ai ainsi complété mes études en physiothérapie puis j'ai pu m'inscrire aux entrevues d'admission en médecine. Toutefois, je n'y suis pas parvenue la première fois. J'étais déçue car je voulais réaliser mon rêve. J'ai alors débuté un emploi comme physiothérapeute et j'ai présenté ma demande de nouveau l'année suivante. Contrairement à ce qu'on pourrait penser, je n'avais pas d'avantage sur mes pairs qui n'avaient pas déjà fait les entrevues car elles sont constituées de mises en situation n'ayant pas nécessairement trait au domaine de la santé et pour lesquelles on ne peut pas savoir à quoi s'attendre! Mais cette fois-là**, je ne voulais pas échouer**…

Ce processus m'a fait passer par **plusieurs émotions dont le doute, le découragement et même la remise en question de mon rêve**. L'échec que j'avais vécu lors de ma première tentative a eu des effets importants autant dans ma vie personnelle que professionnelle. Cela a non seulement retardé mon cheminement de carrière d'un an mais cela a eu un gros impact sur ma confiance en mes capacités. J'ai toujours été une personne qui réussissait bien dans la vie et c'était le premier échec majeur que je subissais…

C'est mon père qui m'a parlé d'*e*volupro en premier. Mes parents ont défrayé les coûts du coaching. Pour eux, **cela faisait partie de mon cheminement scolaire**. Ils voyaient bien que les théories apprises m'avaient servi à obtenir mon diplôme mais que pour affronter le monde du travail, il me fallait aussi apprendre à présenter mes compétences dans les entrevues d'admission et d'embauche, ce qui n'était vraiment pas ma force parce que je suis plutôt un genre de personne humble.

Ils ont eu raison! Les méthodes du programme de Mise en candidature répondaient en tout point à mes attentes. De plus, *e*volupro a accepté d'effectuer les consultations par téléphone et par Skype étant donné que je n'habitais pas la même région. Dès la première

conversation, j'ai été rassurée et **j'ai pu développer un plan d'action personnalisé en fonction de l'échéancier serré** que j'avais et des critères de l'entrevue. Je pouvais compter sur Andrée et j'avais trouvé une alliée qui avait à cœur ma réussite.

Nos conversations téléphoniques ont donné un tournant complètement différent à ma préparation et m'ont permis de mieux comprendre **ce qui était attendu de moi lors de ce genre d'entrevue**.

Vous pensez abandonner?
Saviez-vous que … Céline Dion
a dû faire cinq tentatives de fécondation in vitro
avant d'être enceinte de ses jumeaux?

Suivant ce plan, je me suis préparée à de multiples scénarios. Tranquillement, j'ai augmenté mon niveau de confiance et d'assurance. Je me sentais prête à affronter les différents types de questions qui pouvaient se présenter à moi. Grâce à ma volonté, ma détermination et les heures de réflexion à élaborer des exemples pour démontrer mes capacités et mes compétences, je me suis sentie non seulement prête pour mon entrevue, mais j'ai aussi réussi à me visualiser en train de réussir. **Mes doutes se sont estompés et ma confiance a monté en flèche**. Sans cette préparation, je me serais probablement éparpillée, je n'aurais pas su quel exemple choisir et j'aurais continué à hésiter et à douter de mes réponses.

Et puis, **j'ai enfin reçu la lettre d'acceptation** après mon entrevue. J'ai senti qu'enfin mon rêve de devenir médecin avait toutes les chances de se réaliser.

Par la suite, à la fin des quatre années d'étude du doctorat en médecine, je devais postuler pour choisir ma spécialité : je désirais travailler en médecine familiale dans un milieu très contingenté. J'ai immédiatement fait appel de nouveau à *e*volupro car je savais que cela me permettrait de bien me préparer à cette entrevue qui déciderait de ma vie future. J'ai de nouveau utilisé les méthodes du programme de Mise en candidature et nous avons pu travailler de nouveau ensemble et pratiquer diverses questions qu'il était possible qu'on me pose. Ça m'a grandement aidé à **démontrer toutes mes capacités de futur médecin** de famille par de multiples exemples.

Encore une fois, lorsque **j'ai reçu la lettre d'acceptation pour mon premier choix** de résidence, **une immense joie s'est emparée de moi**! La fierté que j'ai ressentie peut difficilement s'expliquer mais je peux affirmer que les efforts de préparation que j'ai faits étaient bien guidés, le temps investi était optimal et mon niveau de confiance était significativement supérieur à avant. Je n'hésiterais pas à recommander *e*volupro pour toute personne qui a besoin de soutien dans une préparation d'entrevue. La gestion de carrière et les entrevues, c'est leur expertise et ils en maîtrisent toutes les facettes!

Médecin-résident en médecine familiale

Une gestionnaire éprouve des difficultés avec la productivité de son équipe … et voyez comment les membres de son équipe finissent par la remercier.

« La valeur d'un homme tient dans sa capacité à donner
et non dans sa capacité à recevoir. »
Albert Einstein

PRISE DANS LES TURBULENCES DE MON ENVIRONNEMENT DE TRAVAIL, je cherchais un sentier vers l'harmonie et la réussite. Or, je sentais qu'**il me manquait des outils pour y parvenir**. À force d'avoir cumulé tous ces points d'interrogation, **j'étais prise de doute, j'avais besoin de balises**!

Mon appel au secours a été entendu d'une experte qui m'a alors posé une question toute simple:

Serais-tu prête à entreprendre un changement d'altitude?
Peut-être, répondis-je, déjà prise d'un vertige !

En choisissant de m'investir dans le programme de formation, je savais que je devrais y consacrer temps et bonne volonté. En revanche, evolupro m'offrait soutien, expertise et flexibilité afin de me guider vers l'atteinte de mon objectif.

Le programme Changez d'altitude s'est étalé sur 12 semaines. Cette durée a été nécessaire pour me permettre, dans un premier temps, d'identifier les points d'interrogation qui m'accablaient; puis, dans un deuxième temps, de dégager les leçons enfouies dans mes doutes pour les transmuter en apprentissages.

Et ce n'est pas tout! Le suivi attentif inclus dans le programme m'a aidé à intégrer ces nouveaux acquis et à me ramener sur mon sentier de la réussite. Tout au long du cheminement, **la grille d'intention veillait à ce que je sois satisfaite** de mon

ascension vers l'objectif que j'avais établi au début de la formation : influencer positivement le rendement de mes employés.

Vous pensez abandonner?
Saviez-vous que … Michael Jordan,
le champion en basketball, a manqué plus de 9000 tirs
dans sa carrière et qu'il a perdu plus de 300 matchs?

Mon employeur a assumé les coûts de la formation et m'a permis de participer aux séances durant mes heures de travail. **Les bénéfices du programme surpassent grandement les coûts initiaux!** Le perfectionnement acquis est tangible quotidiennement dans mes échanges avec mes employés, collègues et les membres de la direction. Et aujourd'hui, je détiens un éventail de nouveaux outils que je mets à profit avec de plus en plus d'assurance au quotidien tant dans mes fonctions professionnelles – mes employés m'en remercient ! – que dans mes responsabilités personnelles, en tant que maman.

Gestionnaire (EC-07)
Emploi et Développement social Canada

Il admet son désengagement à sa gestionnaire … et vous serez surpris de ce que son authenticité lui apporte.

« Ce n'est pas que je suis si intelligent,
c'est que je reste plus longtemps avec les problèmes.»
Albert Einstein

À UN CERTAIN MOMENT DE MA VIE, LA MOROSITÉ AVAIT PRIS LE DESSUS sur mon sentiment de bien-être. Il me semblait que plus je cherchais à atteindre l'équilibre, moins j'y arrivais. **Me rendre au travail le matin devenait de plus en plus lourd et le sentiment d'accomplissement avait pratiquement disparu**.

Lors d'un entretien avec ma directrice, j'ai pris conscience que mon engagement envers mes dossiers était devenu très faible. Bien sûr, j'effectuais mes tâches et je me présentais tous les jours, mais le cœur n'y était plus. C'est alors que j'ai compris que **je devais prendre des mesures concrètes pour retrouver l'équilibre** et ma motivation. J'étais conscient qu'en augmentant mon engagement, ma performance et la satisfaction du travail bien fait seraient à la hausse… et le sourire de retour.

À cette époque, je connaissais déjà un peu les services offerts par evolupro. Une chose qui émanait clairement de sa fondatrice était son engagement envers son travail. Je ne savais pas à ce moment si quelqu'un d'aussi engagé et énergique pouvait comprendre mon manque d'énergie et d'engagement **mais je sentais que je pouvais lui faire confiance et m'ouvrir à elle sans crainte**. Je voulais que les choses changent et je me suis dit que cela valait le coup d'essayer.

J'ai approché ma directrice et j'ai eu une discussion franche avec elle. J'ai mis l'accent sur mon désir profond d'améliorer les choses. « *Cette année, j'aimerais utiliser mon allocation de formation à me remettre sur pied et je connais le programme qui peut m'aider à faire ça!* » … et voilà! C'est avec enthousiasme que ma directrice a accepté de me supporter dans le programme Changez d'altitude, et ce, d'un point de vue financier ainsi que pour le temps dont j'avais besoin.

Rapidement, j'ai entrepris ce coaching sous forme de formation continue et dès les premières rencontres, **j'ai commencé à voir la lumière au bout du tunnel**. L'honnêteté des discussions que j'ai été en mesure d'avoir a constitué un élément clé du succès que j'allais obtenir. Cette honnêteté ne serait pas possible si on ne sentait pas qu'on peut faire entièrement confiance à Andrée. On voit qu'elle est déterminée et a la capacité de nous aider si on s'ouvre humblement et honnêtement à elle. L'ensemble de ses qualités humaines constituent le facteur clé de la démarche. Ce programme m'a aidé à ressentir comment mon équilibre passait par plus d'engagement. Le reste c'était surtout des trucs que je devais adapter à ma réalité.

La solution a toujours été en moi. Le programme Changez d'altitude n'est pas une solution magique, mais il **permet de donner un sens à ce que nous vivons et d'observer la situation sous un angle différent : positif et constructif**. Une fois qu'on a ouvert la porte et qu'on se sent d'attaque, nous sommes équipés d'une multitude de trucs et de méthodes faciles à appliquer et qui fonctionnent vraiment.

L'élément clé de la réussite de ma démarche a définitivement été de reconnaître ma problématique. Mais il ne faut pas s'arrêter là. Les solutions existent. La facilité avec laquelle j'ai réussi à m'ouvrir en toute humilité et honnêteté a permis réellement au programme d'assurer ma réussite.

Vous hésitez? Pourquoi ne pas vous offrir une séance Découverte? Faites-vous ce cadeau, vous n'avez rien à perdre. En fait, ce premier rendez-vous téléphonique vous laissera entrevoir un brin de lumière que vous ne voudrez pas laisser aller.

Gestionnaire (EC-06)
Emploi et Développement social Canada