

## Quel est mon futur professionnel ?

**Un atelier, très concret, pour se projeter, réfléchir sur son avenir et son évolution professionnelle**

**Atelier « brainstorming » animé par Claude DEGRESE\*, psychologue-coach**

*Cet atelier est dédié aux membres du Réseau Oudinot qui se posent la question suivante : « Que vais-je devenir, dans 5 ans ? ». Il s'agit d'un atelier en petit nombre, pour un travail en profondeur.*

Avec des exercices projectifs, des associations d'idées, des collages spontanés d'images et mots découpés dans des magazines, les participants se laissent aller, sans jugement, à évoquer ce qui les motive profondément. C'est un exercice ludique et très sérieux en même temps, qui établit des ponts entre le cerveau droit (qui fait appel à l'émotionnel) et le cerveau gauche (qui est plus rationnel).

Chacun décrit tout ce qui lui vient à l'esprit, avec ses envies et ses craintes. L'objectif est de laisser son imagination s'exprimer librement, sans chercher à comprendre. Dans un second temps, ses associations d'idées spontanées seront analysées. Il faudra identifier une convergence, en sélectionnant ce qui fait sens. Et enfin, le temps sera venu de prendre du recul, d'imaginer que ce collage est celui du voisin. Quelle est l'impression globale ? Est-ce organisé, touffu, gai, sombre, esthétique, pédagogique ? Quelle a été la progression, de gauche à droite, de haut en bas, du centre à la périphérie, pas du tout ? Quels problèmes ont été abordés indirectement, à l'instar de ses peurs, ses obstacles ? Quels talents un recruteur pourrait-il déceler dans les associations ? Quelles envies profondes apparaissent ? Quels talents inédits émergent ?

Puis, les participants donnent leur feed-back et font des suggestions pratiques ; laissant ainsi libre champs à leur intuition et en faisant fi de toutes contraintes et blocages. Ce retour permet non seulement à chaque participant de revisiter son parcours, mais également de synthétiser son projet, de clarifier de nouvelles orientations, et de valider le tout.

De plus, cet atelier invite tout un chacun à faire des suggestions concrètes et d'ouvrir le champ des possibles, un processus compliqué lorsque l'on réfléchit seul dans son coin et avec son prisme déformant. Chacun repart alors recadré et renforcé dans son projet.

**\*Un atelier créé et organisé par Claude Degrèse, membre du Réseau Oudinot : <https://fr.linkedin.com/in/claudedegrese>**

*PSYCHOSOCIOLOGUE COACH : au service de la révélation de la face cachée de votre personnalité professionnelle. Votre expérience est le reflet de votre parcours mais aussi de votre vécu, de vos talents, de votre façon de réagir...une bonne raison de vous choisir, VOUS. Votre PERSONAL BRANDING qui vous permet de communiquer vos talents sur les bons réseaux, un marketing de votre personne.*

## **Ils témoignent :**

Laurence Lazard, Directrice Marketing et Ventes B2B et B2C : « *L'objectif est de mieux cerner ses aspirations profondes professionnelles, grâce à des techniques "décalées" axées sur la créativité et le partage. Quand je dis cela, je sais que je risque d'en déconcerter plus d'un ; ceux et celles notamment qui peuvent penser que ce n'est vraiment pas pour eux car trop "fumeux" et pas assez concret. Détrompez vous ! D'abord Claude Degrèse est une grande professionnelle qui a œuvré, entre autres, pour des grandes marques et entreprises, où ces techniques de créativité sont souvent utilisées pour faire émerger des innovations et/ou améliorations produits ou organisationnelles. Ensuite, le partage en petit comité, et l'œil neuf de ses pairs, nous font découvrir des pistes concrètes à explorer pour un nouveau job ou une création d'entreprise ».*

Bernard Agaleridis, Directeur Approvisionnements, Achats & Logistique : « *Vous partez d'une feuille blanche. Vous piochez (découpez) au gré de vos envies des images et des mots dans des piles de magazines. Puis, vient ensuite le collage.*

*Dit comme cela, vous pensez tout de suite à votre passé, à votre enfance, mais en fait c'est votre avenir qui se matérialise et vous serez surpris de voir comment chacun remplit l'espace de sa feuille. Claude nous guide tout au long de cet atelier et sait mettre en évidence les points importants. Cet atelier en petit groupe est également une occasion magnifique de mieux connaître les autres membres du Réseau Oudinot et d'avoir un retour sur son projet et connaître ceux des autres. Merci à Claude ainsi qu'à tous les participants avec qui j'ai eu grand plaisir à partager ce moment agréable. Je vous garantis des rencontres magiques. Allez-y ! A vos ciseaux ! »*