

## FICHE D'AUTO-COACHING

Cette fiche a pour but de vous aider à construire une partie de votre projet de développement professionnel.

### Exercice 1

Vous pouvez reprendre l'exercice d'autoévaluation du chapitre précédent.

- **Comment pourriez-vous développer les critères en couleur bleue?**
  1. Pourriez-vous le faire au travail? Si oui, à travers quelles activités?
  2. A qui pourriez-vous en parler? Dans quels délais?
  3. Si vous ne pouvez les réaliser au travail, alors où pourriez-vous les vivre? Dans une association? Dans votre quartier? Qui pourrait vous conseiller?
- **Comment pourriez-vous développer les critères de couleur orange?**
  1. A travers un stage? Un cours? Un coaching? Lors d'un voyage?
  2. Quels délais vous donnez-vous pour cela?

### Exercice 2

Vous pouvez maintenant construire le plan d'action de votre projet de développement professionnel.

	Actions	Moyens	Responsable	Délais
<b>Critères bleus</b> (forts)				
<b>Critères oranges</b> (faibles)				