

À ce stade de ma vie professionnelle, j'ai déjà enregistré de bons résultats au travail. Quand j'y repense, à quelle occasion me suis-je investi ou investie avec le plus de plaisir et d'intensité dans des tâches qui me motivaient?

Quelles valeurs étaient en jeu et ont contribué à ces bons résultats?

Quel rôle mon environnement de travail (encadrement par le supérieur ou la supérieure, collaboration avec les collègues, ambiance de travail, conditions de travail, etc.) a-t-il joué? Qu'est-ce qui a été porteur pour moi? Qu'ai-je ressenti comme défavorable ou gênant?

Dans l'exemple précédent, mes valeurs personnelles étaient-elles en adéquation avec celles de l'entreprise (en particulier avec celles vécues au quotidien)? Si oui, lesquelles? Si non, quelles valeurs n'étaient pas au rendez-vous? Qu'est-ce qui n'était pas compatible?

Dans l'exemple précédent, j'ai décrit des valeurs qui ont été porteuses pour moi. Celles-ci sont-elles encore importantes pour moi?

 Oui En partie Non

Si j'ai répondu «en partie», quels éléments sont encore d'actualité pour moi?

Y a-t-il d'autres éléments qui se sont depuis révélés importants pour moi au travail? Au besoin, je consulte la liste de la page 5.

Je laisse résonner en moi toutes les valeurs que j'ai énoncées. Lesquelles donnent le plus de sens à mon travail? Ce sont mes cinq valeurs centrales:

Dans quelles professions, fonctions et auprès de quel employeur ai-je à mon sens le plus de chances d'appliquer mes cinq valeurs centrales? Si j'exerce actuellement une activité professionnelle, je tiens compte des possibilités auprès de mon employeur actuel. Au besoin, je consulte la page d'accueil de différentes entreprises pour me renseigner sur leurs valeurs et leur culture d'entreprise.

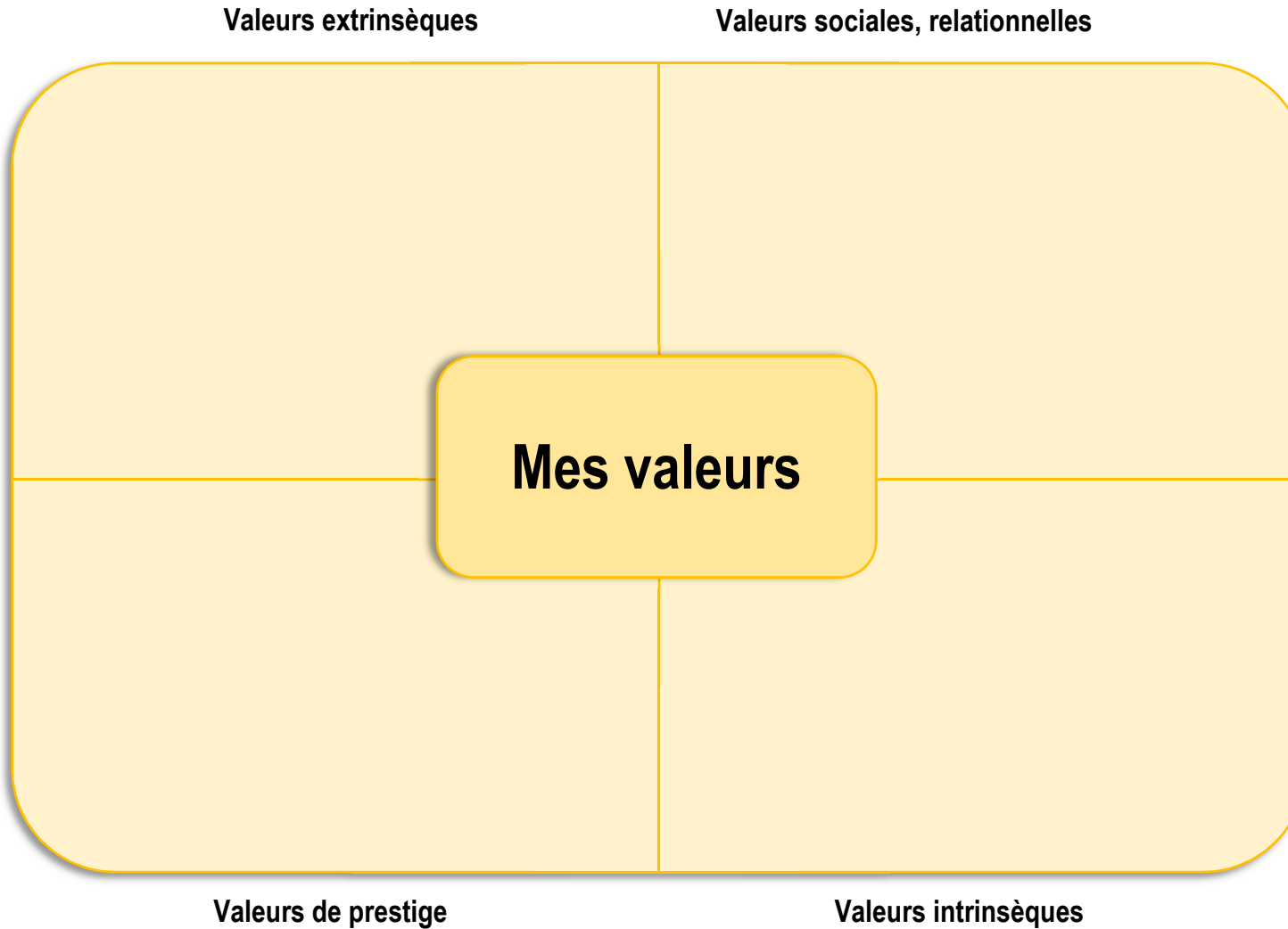
Sources: *Beratungskonzept BSL Oberwallis*, 2018.

Abessolo, M. (2018). *Les valeurs dans les orientations contemporaines de carrière*. In: *Panorama*, édition 02/2018.

Abessolo, M., Hirschi, A., Rossier, J. (2017). *Work values underlying protean and boundaryless career orientations*. In: *Career Development International* (n° 3[22], p. 241-259).

Hirschi, A. (2012). *The career resources model: An integrative framework for career counsellors*. In: *British Journal of Guidance & Counselling*, 40 (4), pp. 369-383.

Lang-von Wins, T. & Triebel, C. (2006). *Kompetenzorientierte Laufbahnberatung*. Springer Medizin Verlag Heidelberg.



Sources: *Beratungskonzept BSL Oberwallis*, 2018.

Abessolo, M. (2018). *Les valeurs dans les orientations contemporaines de carrière*. In: *Panorama*, édition 02/2018.

Abessolo, M., Hirschi, A., Rossier, J. (2017). *Work values underlying protean and boundaryless career orientations*. In: *Career Development International* (n° 3[22], p. 241-259).

Hirschi, A. (2012). *The career resources model: An integrative framework for career counsellors*. In: *British Journal of Guidance & Counselling*, 40 (4), pp. 369-383.

Lang-von Wins, T. & Triebel, C. (2006). *Kompetenzorientierte Laufbahnberatung*. Springer Medizin Verlag Heidelberg.