

12 histoires à succès en GESTION DE CARRIÈRE



Recueil de témoignages

*« Tu es la meilleure dans ton domaine
parce que tu fais ça avec tout ton cœur. »*

**Adjointe administrative
Forces armées canadiennes**



DES SOLUTIONS POUR VOTRE ÉVOLUTION PROFESSIONNELLE
SOLUTIONS FOR YOUR PROFESSIONAL EVOLUTION

TABLE DES MATIÈRES

PRÉFACE.....	3
--------------	---

RECUEIL DE TÉMOIGNAGES

1- Elle se remet en question pendant plus d'un an ...et devinez ce que sa mission professionnelle lui confirme.....	5
2- Une jeune adulte vit de l'anxiété au travail... et vous serez étonné des leçons apprises dans son cheminement.....	7
3- Elle endure son emploi pendant 9 ans ... et voyez ce que sa réflexion lui inspire	8
4- Elle a besoin d'aide pour son entrevue ... et imaginez l'outil indispensable qu'elle découvre pendant sa démarche.....	10
5- Il est au bord de la dépression ... vous envieriez le plan de carrière qu'il a mis en œuvre	12
6- Une hygiéniste dentaire n'en peut plus des horaires irréguliers et des embouteillages ... et vous serez charmé par la nouvelle vie qu'elle mène.....	14
7- Elle partage candidement ses aspirations professionnelles ... et osez lire son témoignage pour savoir ce qu'elle en retire véritablement.....	16
8- Une gestionnaire éprouve des difficultés avec la productivité de son équipe ... et voyez comment les membres de son équipe finissent par la remercier	18
9- Une ingénieure vit une crise d'identité... et vous voudrez imiter ce qu'elle a fait pour en sortir grandie.....	20
10- Il admet son désengagement à sa gestionnaire ... et vous serez surpris de ce que son authenticité lui apporte.....	22
11- Elle quitte son poste du gouvernement fédéral ... et vous serez inspiré par la nouvelle vie qu'elle mène.....	24
12- 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.....	26

PRÉFACE

La notion de succès est différente pour chacun de nous. Je m'en suis aperçue lorsque j'ai entamé la production de ce recueil. Plusieurs de mes clients n'osaient qualifier leur histoire de « succès ». Pourtant, de mon point de vue, il s'agissait d'une évolution et d'un cheminement menant à un résultat positif et constructif dans leur vie. Mais qui suis-je pour les forcer à redéfinir une expérience vécue?

Seriez-vous d'accord pour dire qu'une histoire à succès est une tranche de vie vécue par une personne qui raconte son cheminement menant vers l'atteinte d'un objectif? Les histoires présentées dans ce recueil décrivent les moyens pris pour relever les défis rencontrés tout au long de ce cheminement. Mais par-dessus tout, elles racontent la persévérance nécessaire pour atteindre le niveau de confiance et d'assurance souhaité.

Me croiriez-vous si je vous disais que la majorité des participants ont demandé à garder l'anonymat? En effet, malgré le fait que ce recueil honore les efforts faits par ces clients et qu'il présente la démarche de ces professionnels et professionnelles qui se sont choisis et qui ont accepté de demander du soutien dans l'atteinte de leurs objectifs, ces personnes préfèrent rester dans l'ombre. Le but de ce recueil est donc de raconter leur histoire, un peu comme on le fait pour les athlètes olympiques. Cet ouvrage met la lumière sur leurs trajectoires et la confiance qu'elles ont développée pendant ce processus.

Mais faut-il être un champion olympique pour avoir un entraîneur privé? Faut-il attendre de viser le sommet ou d'y être rendu pour demander l'aide d'un expert? Pas du tout! Pour bien démarrer, il faut les meilleurs outils, les meilleures méthodes et les meilleures stratégies. Sinon, on y va à tâtons et la fatigue et le découragement nous guettent. Le centre de perfectionnement *evolupro* ne peut prétendre être l'unique responsable de ces succès : son rôle est avant tout d'offrir des solutions appropriées et personnalisées pour soutenir l'atteinte des résultats espérés. Par contre, l'appui qu'il apporte en période de doute est inestimable pour les personnes qui utilisent ses services.

Pour enrichir le contenu de ce recueil de témoignages, des éléments qui stimuleront votre lecture ont été ajoutés :

- Des citations d'un physicien allemand bien connu : Albert Einstein. Je souhaite honorer ce génie qui nous rappelle que « la folie : c'est se comporter de la même manière et de s'attendre à un résultat différent »;
- Des hyperliens vers les programmes suivis afin que vous ayez une idée du cheminement effectué avec chacune des personnes qui a fait un témoignage;
- De même que des capsules « Vous pensez abandonner? » pour vous inspirer du parcours de gens célèbres.

Ainsi, peu importe l'histoire que vous lirez, vous découvrirez quelle force a été mise à profit pour permettre au professionnel ou à la professionnelle de sortir de sa zone de confort, d'affronter ses démons intérieurs, de les vaincre et d'atteindre des résultats nouveaux.

Surtout, c'est avec beaucoup de respect que je vous révèle le témoignage de ces 12 personnes qui ont accepté de raconter leurs histoires pour démontrer qu'on peut arriver à tout à force de persévérance. Ce sont des personnes engagées dans l'atteinte de leur succès. Elles sont déterminées et inspirantes. La confiance et l'assurance qu'elles ont tirées de ces expériences sont uniques et je me devais de partager ceci pour vous inspirer, vous aussi, à vous dépasser. Qui sait, peut-être ferez-vous partie de la prochaine édition?

Andrée Martineau
Experte en gestion de carrière
Fondatrice d'evolupro

1- 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 evolupro 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 evolupro 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

2- 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 evolupro 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

3- 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 evolupro pour les services qu'ils offrent.

Ancienne comptable
qui réalise son rêve de devenir coiffeuse

4- 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 evolupro 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'evolupro. Ce ne peut qu'être bénéfique !

Directrice exécutive et Avocate générale
Fonction publique fédérale

5- 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 *evolupro*. 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 *evolupro* 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

6- 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 Mise en candidature](#). 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.**

Entraîneuse sportive
Cardio Plein-Air

7- 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, *evolupro*, 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 *evolupro* 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 participé. 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?*

Ce programme 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

8- 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

9-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'evolupro 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'evolupro 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

10- 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

11- 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 réappries 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 [evolupro](#) 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 vie¹ et m'assurer que mon changement de carrière soit arrimé à mes vraies aspirations, à qui JE suis vraiment.**

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

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

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 evolupro, 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

12- 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 entretiens 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 entretiens 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'evolupro 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 entretiens 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 Recherche d'emploi](#) répondaient en tout point à mes attentes. De plus, evolupro 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'entretien. 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 evolupro 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 Recherche d'emploi](#) 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 evolupro 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

Recueil de témoignages

12 histoires à succès en

GESTION DE CARRIÈRE

Sortir de sa zone de confort. Atteindre ses buts. Oser demander de l'aide. Améliorer ses stratégies. Perfectionner ses compétences. Ce recueil regroupe 12 histoires de personnes qui ont réussi à dépasser les limites de leur subconscient en sortant d'une impasse qui les figeait dans leur vie professionnelle grâce aux services offerts par le centre de perfectionnement en gestion de carrière evolupro.

Que ce soit au niveau d'une transition de carrière, d'une recherche d'emploi ou du développement d'une compétence spécifique, ce recueil vous incitera à agir. Il raconte le récit de personnes, comme plusieurs autres centaines, qui ont choisi de prendre en main leur vie professionnelle. Après avoir fait des choix qui tiennent compte de leurs talents et de leurs intérêts, ces personnes aujourd'hui font partie du 15% de la population qui se réalise pleinement dans leurs fonctions quotidiennes et s'épanouit sur le marché du travail. Ce sont bien là les signes d'une gestion de carrière réussie...



Andrée Martineau, M. Sc., B.A.A., N.D., C.C., est experte en gestion de carrière et a démontré son autorité dans le domaine depuis les 15 dernières années auprès d'une clientèle variée. Fondatrice du centre de perfectionnement evolupro, elle se spécialise dans le développement de programmes innovateurs, de stratégies efficaces et de méthodes simples et durables pour optimiser le potentiel des professionnels et les soutenir dans l'atteinte de leurs objectifs. Son intérêt pour le bien-être des gens est sincère et la rend sympathique dès la première rencontre.



12 HISTOIRES À SUCCÈS

en gestion de carrière

RECUEIL 2016





MOT D'ANDRÉE MARTINEAU

Chaque année, c'est un honneur pour moi de partager avec vous les succès des clients que j'accompagne. Je suis témoin de transformations formidables. Bien que je sois mandatée pour accompagner ces personnes vers leur succès, c'est toujours un très grand privilège pour moi de les voir franchir la ligne d'arrivée la tête haute, avec fierté et confiance.

Cette année, je n'ai pu m'empêcher de vous faire découvrir plus de 12 histoires à succès qui ont en commun la formule mathématique du succès que j'applique à chaque but :

Résultats = Stratégies + Attitudes

L'ensemble de mes interventions se fait toujours à ces niveaux. C'est pour cette raison que ma clientèle obtient les meilleurs résultats. Je travaille non seulement sur la méthode et les connaissances, mais aussi sur la personne et ses croyances. À vous de découvrir comment dans ces 12 Histoires à Succès.

TABLE DES MATIÈRES

Après avoir subi une coupure de poste, elle doit choisir entre sécuriser un emploi ou trouver une position qui lui ressemble	3
Elle obtient un emploi au gouvernement fédéral moins d'un an après avoir suivi un cours professionnel	4
Les portes de la fonction publique s'ouvrent à lui lorsqu'il choisit de faire une transition de carrière à 50 ans	5
Elle met toutes les chances de son côté pour sa préparation d'entrevue et obtient effectivement le poste convoité	6
Quand « Nouvel emploi » rime avec « Perfectionnement de soi »	7
Elle est promue de 3 niveaux en 2 ans après avoir reçu un appui spécialisé pour sa recherche d'emploi	8
Il termine grand gagnant dans la course aux candidatures	9
Elle change d'emploi en moins d'un mois	10
Mission accomplie après beaucoup d'années d'efforts	11
Même avec son déficit d'attention, il réussit là où ses compétiteurs échouent	12
Après 9 ans de persévérance, il occupe le poste de ses rêves	14
Elle fait la paix avec le réseautage et cesse de s'auto-saboter	14
Elle ose demander la modification de ses tâches et retrouve une qualité de vie qu'elle croyait perdue	15

Après avoir subi une coupure de poste, elle doit choisir entre sécuriser un emploi ou trouver une position qui lui ressemble

En septembre 2013, ma gestionnaire me rencontrait pour me remettre ma lettre officielle d'employée excédentaire. À ce moment précis, tout s'est bousculé dans ma tête. Je devais me retrousser les manches et rester positive malgré ce dur coup que la vie m'envoyait!

Autour de moi, l'inquiétude planait parce que plusieurs devaient se repositionner et personne n'était certain de se replacer. Oui j'ai passé par plusieurs émotions et états d'âme, de motivée à découragée, à pourquoi moi et pourquoi pas telle personne qui ne donne pas toujours son 100 %, etc. J'ai dès lors su que ma route pour regagner une place au sein du gouvernement fédéral ne serait pas aussi simple que cela.

En tant qu'employée excédentaire, j'avais droit à des formations pour soutenir ma transition. Je me suis dit : pourquoi ne pas demander de l'aide? Ma division ayant déjà fait affaire avec evolupro, j'ai décidé de les contacter. À notre première rencontre, le lien s'est créé : Andrée m'a conquise par son dynamisme, son intérêt pour autrui et j'ai tout de suite senti qu'elle voulait travailler dans le même sens que moi, pour ma réussite. Je me suis présentée avec un esprit ouvert et je me suis sentie écoutée. Le plus important est que je ne me sentais PLUS SEULE dans cette démarche qui était pénible car j'avais ma lettre en tête et le... « pourquoi moi »?

Le fait de laisser Andrée entrer dans ma vie comme 'coach' m'a été tout à fait salutaire et nécessaire dans ma démarche, tant au niveau professionnel que personnel parce que mon défi était de savoir,

justement, ce que je souhaitais vraiment faire. Était-ce de seulement me trouver un travail afin de sécuriser mon 'statut excédentaire' avec mes engagements de mère monoparentale, accepter un poste pour lequel je ne serais pas la meilleure candidate et heureuse OU me trouver un emploi qui me convenait vraiment?

Andrée m'a aidé à rester centrée sur moi-même et mon objectif, à continuer de me respecter dans mes choix tout en m'assurant que c'était justifiable. Elle a eu plus d'un tour dans son sac pour me garder motivée, tout en respectant mes besoins et non ce qu'elle pensait que je devais faire pour régler ma situation au plus vite comme la plupart des gens qui m'entouraient et me dictaient ma conduite.

Pour moi Andrée a vraiment été une 'coach' avant-gardiste qui travaillait dans le même sens que moi. Vous devez la rencontrer pour constater à quel point elle a des plans d'attaque du genre 'mind mapping' pour remettre les idées et l'énergie à la bonne place et rester en ligne sur l'objectif premier : celui de trouver un emploi à sa mesure!

Ma réussite, je la dois au fait que je n'ai jamais dérogé de qui j'étais. Après ces années de tsunami, j'occupe toujours un poste au gouvernement fédéral et suis pleinement satisfaite des fonctions que j'accomplis au quotidien.

Adjointe exécutive
Défense nationale et forces armées canadiennes

Elle obtient un emploi au gouvernement fédéral moins d'un an après avoir suivi un cours professionnel

Lorsque j'ai contacté Andrée, je venais de laisser le Cégep. Les cours que j'avais pris ne m'intéressaient pas et j'étais démotivée. Je travaillais à temps partiel dans un supermarché comme caissière et j'avais l'impression de perdre mon temps. Je ne savais vraiment pas ce que je voulais faire de ma vie mais je savais que je voulais m'inscrire à l'automne pour obtenir un diplôme.

À l'époque, je n'avais aucune idée de ce qui me conviendrait et je voulais mettre de l'ordre dans toutes les possibilités qui s'offraient à moi. Savoir exactement où je devais aller, quelles étapes franchir et trouver LA carrière qui me convenait le mieux. Le temps était venu pour moi de me trouver une carrière, de recommencer l'école et d'aborder ma vie d'adulte avec un bon salaire.

Au tout début, dans un premier entretien téléphonique, Andrée a su me mettre en confiance et bien me comprendre. J'ai su que je pouvais enfin réussir et mon découragement s'est envolé. Avec l'aide

« Je voulais mettre de l'ordre dans toutes les possibilités qui s'offraient à moi »

financière de ma mère, j'ai choisi de m'inscrire au programme personnalisé de planification de carrière où je devais faire des exercices pour apprendre à mieux me connaître et ainsi, faire des choix qui me ressemblent. J'y ai découvert mes styles d'apprentissage et de motivation ainsi que le domaine professionnel qui me convenait : la comptabilité.

Grâce au soutien d'Andrée, j'ai élaboré un plan de carrière qui comprenait le retour aux études dans un programme qui convenait précisément à mes attentes. J'y ai fait toute ma formation et un an plus tard, j'ai obtenu un stage me permettant d'obtenir mon diplôme.

Enfin, j'étais prête à me présenter sur le marché du travail et j'avais un métier!

Un peu plus d'un an après avoir suivi le programme de planification de carrière personnalisé, je viens d'obtenir un premier contrat dans mon domaine d'études. Je me sens fière et les réponses que j'ai obtenues dans ce programme me permettent, en tout temps, de prendre des décisions éclairées et de reconnaître qui je suis comme personne.

Si comme moi vous ne savez pas quoi faire de votre vie, je vous encourage à passer à l'action. C'est certain qu'au début ça peut paraître inquiétant, mais je peux vous garantir que ce l'est bien moins que toutes les questions que l'on se pose au quotidien. Enfin, le programme est tellement bien organisé que toutes les réponses nous arrivent au fur et à mesure. C'est un accompagnement que je recommande à tous les jeunes qui ne savent pas quel chemin prendre.

**Commis-comptable
Services publics et Approvisionnement Canada**

Les portes de la fonction publique s'ouvrent à lui lorsqu'il choisit de faire une transition de carrière à 50 ans

Au mitan de ma vie, au début des années 2000, je suis entré dans une phase de grandes transitions personnelle et professionnelle. Puisque je ne parvenais pas à accéder à des postes mieux rémunérés qu'animateur socioculturel auprès de mon employeur, le Cégep de l'Outaouais, j'ai pris la grande décision, à 44 ans, de faire un retour aux études à temps partiel. J'ai enfin obtenu un B.A.A. en 2005.

Voulant me diriger vers la fonction publique fédérale, j'ai assisté à une conférence d'Andrée Martineau, le 12 septembre 2007, portant sur la compréhension des règles du jeu du processus d'embauche des employés de la fonction publique fédérale. Avec l'aide, les conseils et le soutien professionnel d'Andrée, je me suis mis en mode « réussite » et j'ai fourni tous les efforts qui étaient nécessaires pour être sélectionné en décembre 2008 par Travaux publics et Services gouvernementaux Canada.

Pour en arriver là, j'ai choisi de postuler sur plus d'une centaine d'emplois fédéraux. Par conséquent, soir après soir, j'ai rempli une quantité interminable de questionnaires. À 51 ans, après 26 ans de loyaux services pour mon ancien employeur, j'ai atteint mon objectif d'accéder à un poste significativement mieux rémunéré au sein du gouvernement fédéral. Ayant en tête que ma pension est calculée avec le nombre de mes années d'ancienneté, multiplié par la moyenne de mes cinq meilleures années salariales consécutives, j'ai transféré mon fonds de pension du provincial au fédéral et de ce fait, le fruit de tous ces efforts a été pleinement récompensé. J'ai ainsi pu atteindre mon

but ultime de sécuriser mon avenir financier. Vive la retraite lumineuse et pleine de sens que je souhaitais!

J'ai eu la chance de rencontrer quelques excellentes personnes qui ont su me conseiller judicieusement au cours des ans, et Andrée fait assurément partie de ces personnes. Une des façons pour moi d'exprimer ma gratitude envers la vie a toujours été de donner du sang. C'est ce que j'ai fait plus de 150 fois, en plus de m'impliquer jusqu'au niveau mondial avec la Fédération internationale des organisations de donateurs de sang. Merci la vie, merci Andrée.

**Rédacteur-réviseur
Conseil de la radiodiffusion et des
télécommunications canadiennes**

Les 10 plus grandes découvertes faites par les fonctionnaires fédéraux dans les « Séances Découvertes »

1. Y'a de l'espoir!
2. Je sais maintenant par où commencer. J'ai un plan.
3. Y'a un service qui existe pour m'aider. Je ne savais pas que ça existait...
4. Je suis capable de savoir ce que je veux vraiment.
5. J'ai appris ce qu'est le taux de conversion d'une candidature et il est possible d'obtenir un retour pour plus de 80 % des candidatures envoyées.
6. Y'a des mots clés à utiliser même à l'entrevue.
7. C'est possible d'obtenir de l'aide spécialisée pour ma carrière.
8. J'ai une meilleure vision d'où je veux aller.
9. Beaucoup du stress que je vis est dû à mon insatisfaction en emploi.
10. J'ai davantage de confiance en moi.



Elle met toutes les chances de son côté pour sa préparation d'entrevue et obtient effectivement le poste convoité

J'étais une employée occasionnelle d'une agence gouvernementale à l'époque et un bassin de postes d'agents administratifs de niveaux AS-1, 2, 3 et 4 allait ouvrir et je ne voulais pas manquer cette opportunité de devenir permanente au sein de la fonction publique fédérale.

J'avais déjà assisté à des conférences sur le sujet, j'avais reçu des conseils de personnes qui avaient de l'expérience dans ce genre de processus d'embauche : je me sentais donc assez confiante et j'ai postulé de façon autonome. Par contre, lorsque j'ai reçu ma convocation d'entrevue pour un poste de conseillère des opérations, je voulais m'assurer de réussir et mettre toutes les chances de mon côté pour la dernière étape de sélection.

C'est à ce moment que j'ai engagé les services d'evolupro. Comme le processus de sélection était déjà entamé, une proposition personnalisée a été

développée spécifiquement pour moi. Elle comprenait non seulement une séance individuelle portant sur les entrevues mais également des exercices à faire et une simulation d'entrevue qui correspondait au poste convoité et aux critères de mérite qui allaient être évalués.

La formation que j'ai reçue dans des délais très rapprochés m'a permis de mieux comprendre ce que je devais faire pour réussir l'entrevue. Par la suite, les exercices et la rétroaction que j'ai reçus m'ont fait réviser la façon que j'avais de me préparer à une entrevue. J'ai dû investir une vingtaine d'heures pour développer chaque exemple et m'assurer de bien décrire chacune des compétences. Enfin, la simulation d'entrevue a confirmé tous les apprentissages faits dans ce service personnalisé en me permettant de mieux connaître le genre de questions qui pouvaient m'être posées, d'approfondir les réponses que j'avais préparées et de développer ma confiance.

Au départ, je n'avais aucune idée de l'investissement en temps et en argent que ce processus exigeait et j'ai été surprise de tout ce que cela impliquait. Par contre, avec du recul, je réalise les apprentissages faits et la nécessité d'aller chercher ce genre de perfectionnement personnalisé pour bien démontrer mon expertise dans une candidature. J'y ai développé des stratégies de communication que nulle part ailleurs j'ai pu développer. Lorsque je me suis présentée à l'entrevue, j'étais vraiment prête et ça m'a permis d'avoir une attitude de gagnante qui a donné un ton complètement différent à ma candidature.

Aujourd'hui, j'occupe un poste permanent à la fonction publique fédérale et je recommande à toutes les personnes vraiment motivées à obtenir un poste à la fonction publique fédérale de perfectionner leurs connaissances au niveau de la préparation aux entrevues. Sans les précieux conseils d'evolupro, je n'aurais jamais pu comprendre ce qui était réellement attendu de moi et réussir comme je l'ai fait.

Conseillère des opérations
Agence des services frontaliers du Canada

Quand « Nouvel emploi » rime avec « Perfectionnement de soi »

À l'époque, je devais relever deux défis de taille pour moi :

- Commencer un nouveau travail et me démarquer. Comme il s'agissait d'un nouveau domaine pour moi, la barre était très très haute.
- Obtenir des outils qui me permettraient éventuellement d'accéder à une promotion.

J'avais besoin d'un accompagnement parce qu'il m'arrivait de me sentir dans le néant et de n'avoir aucune idée d'où j'allais.

J'avais déjà fait appel aux services d'evolupro par le passé. Je me souvenais d'avoir atteint mon important objectif haut la main. Je n'ai donc pas attendu. J'ai immédiatement appelé pour une « séance Découverte ». À ce moment-là, on m'a proposé le programme « Intégration en emploi » qui est un programme de coaching visant à soutenir les fonctionnaires fédéraux pendant leurs premiers 90 jours.

Les services d'evolupro ayant étant développés pour répondre aux besoins des fonctionnaires fédéraux, il a été facile d'intégrer ce programme dans mon plan d'apprentissage et dès que j'ai reçu les approbations nécessaires, nous avons commencé.

Le fait de pouvoir discuter de ma situation avec une personne objective et externe à l'organisation m'a apporté un regard neuf. Ça m'a permis d'envisager mes défis sous des angles différents. Nous abordions les sujets qui étaient importants pour moi et je ne restais jamais prise avec des difficultés. Chaque fois, ma coach m'aidait à développer des stratégies pour être plus efficace, plus performante et me rapprocher du niveau auquel j'aspire.

J'admets que ce programme est d'un niveau très élevé. Il invite à se dépasser et à mettre en application des nouvelles façons de faire, sur une base régulière! À plusieurs reprises je suis sortie de ma zone de confort et Andrée était là pour m'accompagner, m'encourager et aussi me faire réaliser à quel point c'était important pour moi. J'en ressors vraiment grandie et bien qu'il ne s'agissait pas d'une thérapie, le fait d'être dans l'action m'a permis de me défaire de certains fantômes qui me limitaient dans mon avancement professionnel.

Quelques mois après la fin de mon programme, j'ai reçu ma première évaluation de rendement. Elle était excellente! J'ai atteint tous les objectifs fixés avec mon directeur et même dépassé certains...

Ce programme m'a apporté une assurance et une confiance que je commençais à remettre en doute. Si vous hésitez à vous lancer et faire appel aux services d'evolupro, je vous garantis que vous ne pourrez pas perdre. Et tout ce que vous découvrirez sera de l'acquis pour toute votre carrière. C'est certain!

**Gestionnaire
Gouvernement fédéral**

Elle est promue de 3 niveaux en 2 ans après avoir reçu un appui spécialisé pour sa recherche d'emploi

Pour ceux et celles qui considèrent demander de l'aide pour rédiger votre cv ou pour vous préparer à une entrevue, veuillez être attentifs à ce que je vais vous communiquer ci-dessous.

Il y a quelques années, j'étais frustrée que ma candidature soit rejetée dans de multiples processus d'embauche sans savoir pourquoi. J'avais l'expérience, les connaissances, je faisais le travail ... et je voulais monter au prochain niveau mais j'étais bloquée. Quel était mon problème? Postuler représente de grands efforts et je me sentais rejetée et très confuse.

J'ai persévéré parce que mon but à la fonction publique fédérale était d'apporter ma contribution aux Canadiens et je savais que je pouvais le faire.

En dépit de mes frustrations, je n'ai jamais pensé au service de gestion de carrière! Je croyais que je n'y apprendrais rien et que ce serait des choses que je savais déjà. J'étais suffisamment brillante pour le faire moi-même et je n'avais pas vraiment d'argent à « dépenser » pour ça. J'ai attendu des mois et j'ai travaillé sur deux concours supplémentaires avant de demander de l'aide. J'ai utilisé mes économies et j'ai travaillé sur mes candidatures les soirs et les fins de semaine.

Le résultat? J'aurais dû embaucher Andrée bien avant! J'aurais dû ne pas m'imaginer tout savoir et signer plus tôt. Après avoir travaillé avec elle, mon cv a une allure complètement différente, dans un sens que je ne l'aurais jamais imaginé. Ma préparation pour les entrevues a complètement changé. Ça implique beaucoup de travail. Vous devrez mettre des efforts mais ça vaut la peine!

Le résultat final? J'ai obtenu trois niveaux de promotion en deux ans à travers des processus formels, justes et des processus compétitifs. Je suis finalement capable de me préparer pour un concours et de communiquer mon expérience d'une manière qui correspond à ce que l'on attend de moi. Andrée m'a appris ce que les spécialistes en dotation et les gestionnaires recherchent dans un cv et pendant une entrevue. C'est à VOUS de les aider à vous choisir. Ça vous semble simple? Parlez-nous d'une expérience et vous verrez bien que non! Andrée vous fournit des outils nécessaires pour y arriver correctement. C'est une vraie personne qui écrit. Je vous somme de signer dès aujourd'hui!

Directrice, EX-01
Garde côtière canadienne



101
TRUCS

Recherche d'emploi
pour la fonction
publique fédérale du
Canada

WWW.101TRUCS.EVOLUPRO.COM

Il termine grand gagnant dans la course aux candidatures

Quand j'ai décidé de faire carrière au gouvernement du Canada, je n'avais aucune idée de l'ampleur de la tâche qui m'attendait. J'ai passé les examens à choix multiples de la campagne de recrutement postsecondaire pour la première fois en 2008 et, malgré mes résultats médiocres, je ne me suis pas découragé. Je croyais qu'avec un peu plus d'étude, cela irait mieux.

Cinq années se sont écoulées : j'ai passé les examens en 2010, en 2011, puis en 2012, en 2013 ... et toujours rien. Ma note s'était stabilisée à 70 %, ce qui semblait être bon, mais nettement insuffisant dans le milieu très compétitif de la fonction publique. Je n'avais toujours pas obtenu d'offre d'emploi. C'est alors qu'en 2014 j'ai décidé de risquer le tout pour le tout : ayant des économies pour subvenir à mes besoins pendant encore quelques années, j'ai quitté mon travail pour me dévouer à 100 % à la recherche d'un emploi au gouvernement. Par conséquent, j'ai repassé les examens d'entrée à la fonction publique cette année-là. J'ai été ébahi lorsque j'ai reçu le résultat : une moyenne de 80 %. De plus, j'ai été invité pour la première fois à des entrevues dans le cadre du recrutement postsecondaire.

Après sept ans de recherche sans résultats, je n'en pouvais plus : je me suis effondré. Je n'avais plus la force de continuer. J'avais tout perdu, même l'espoir. Le Canada était mon rêve; j'avais toujours cru que si nous travaillons fort ici, nous pouvons tous avoir notre place au soleil. Et maintenant, la dure réalité me montrait l'envers du décor. Or, dans ce moment très pénible, j'ai senti que je devais faire un choix :

- Soit j'accepte l'échec, trouve un emploi dans un tout autre domaine mais éprouve pour le reste de ma vie le regret de ne pas avoir réalisé mon objectif professionnel;
- Soit je me reprends et je me bats jusqu'à obtenir l'emploi que je veux, malgré toutes les difficultés, même si je dois me frayer un chemin qui n'existe pas.

Bref, que je me soumette aux contraintes de la vie ou que je réagisse, je deviens de toute façon le maître de mon propre destin. J'ai décidé de ne jamais rendre les armes et de continuer à me battre pour mes rêves. Dussé-je tomber une fois, dix fois, mille fois, je me relèverais et je poursuivrais mon objectif. Et ainsi, j'ai retrouvé ma foi et j'ai décidé de postuler, pour la huitième fois en 2015, aux concours de la campagne de recrutement postsecondaire de la fonction publique.

Pour gagner cette guerre, il fallait changer de stratégie. C'est alors que j'ai décidé de contacter Andrée pour lui demander de m'accompagner pendant toute une année à postuler pour les concours du gouvernement. Je ne croyais pas qu'elle allait accepter. Après tout, j'étais à la recherche d'un emploi sans succès depuis sept ans. Quel intérêt pouvais-je bien représenter pour elle? À ma grande surprise, elle a accepté de travailler avec moi parce qu'elle disait que ce n'était pas « moi » le problème mais bien ma méthode.

Nous avons commencé nos séances par la révision de mes candidatures, qui ont toutes été retenues à l'étape de présélection. Ensuite, j'ai été invité aux examens à choix multiples. Cette fois-ci, ma stratégie consistait à simuler des séances d'examens et à croire que j'allais les réussir. Après huit ans, j'ai eu plus de 90 % dans les épreuves de jugement et de raisonnement. Je ne pouvais pas y croire ! ▶

◀ Tout de suite après, nous avons débuté ma préparation aux entrevues, même si je n'avais pas encore d'invitation. Je voulais être prêt à l'avance, comme les fourmis qui se préparent pour faire face à l'hiver. Finalement, après huit ans d'attente, j'ai été invité aux entrevues pour les deux organismes que je ciblais depuis toujours, qui correspondaient à mon domaine d'étude et qui constituaient le poste de mes rêves (Affaires Mondiales et Chambre des communes). Quelques semaines plus tard, les réponses sont arrivées : je les ai toutes réussies!

Cette grande victoire n'aurait pas été possible sans le soutien d'Andrée, qui a accepté de travailler avec moi quand toutes les circonstances montraient que j'avais accumulé bon nombre d'échecs. Elle a cru à mon potentiel quand je n'y croyais plus. Et maintenant, je vois que, outre l'emploi, j'ai regagné quelque chose de précieux : la confiance en moi. Maintenant je peux voir que ma vie est devenue tout ce en quoi j'ai toujours cru : qu'ici au Canada, si on travaille fort, on peut avoir sa place au soleil. Mon rêve est donc devenu ma réalité.

Conseiller

Chambre des communes du Canada

Faits et chiffres pour 2016

- Plus de 115 « séances Découverte » offertes
- 87 % de la clientèle sont des fonctionnaires fédéraux
- Plus de 250 heures de coaching offertes
- Niveau de satisfaction des services reçus supérieur à 85 % pour l'ensemble des services
- Délai d'attente pour une réponse à une demande courriel : moins de 12 heures

Elle change d'emploi en moins d'un mois

Je m'appelle Caroline et le début de la trentaine m'indiquait qu'il était temps de trouver ma place professionnellement. Je sentais que j'avançais et que mon épanouissement stagnait.

Ne sachant pas trop comment obtenir un poste qui correspondait à mon profil académique, j'ai fait appel à evolupro! J'avais déjà eu vent des exploits d'Andrée mais comme il ne s'agissait pas d'un poste à la fonction publique fédérale, j'ignorais les résultats que je pouvais espérer.

J'ai adoré son accompagnement! Même si faire le marketing de soi-même n'est pas évident (ni ma préférence), elle est arrivée à faire ressortir ce qu'il y a de meilleur en moi et à me donner une confiance absolue en mes compétences.

À la suite de mes deux séances avec elle, j'ai pu obtenir un curriculum vitae digne de ce nom et une bonne préparation pour mon entrevue future. Elle savait que je serais appelée. Et effectivement, j'ai été convoquée à une entrevue trois jours plus tard et moins d'une semaine après, je commençais mon nouveau poste!

Un très gros merci à Andrée pour son expertise, ses précieux conseils et les multiples stratégies partagées!

Adjointe à la direction

Paradis Jardin et Accessoires

Mission accomplie après beaucoup d'années d'efforts

La première fois que j'ai eu recours aux services d'Andrée, en 2003, je n'avais pas une grande confiance en mes moyens. Je partais littéralement de zéro autant au niveau de l'expérience des processus de sélection (CVs, démonstration pour satisfaire aux critères de sélection, etc.) que de la confiance que j'avais en ce que je pouvais réussir. Les premières rencontres n'ont vraiment pas été faciles pour moi parce que je n'arrivais pas à trouver les mots pour bien définir mes qualités, mes sentiments et mes craintes face à des défis en apparence insurmontables.

Il y a eu environ un an entre la première et la deuxième rencontre. Même chose entre la deuxième et la troisième. J'avais toujours un but précis pour rencontrer Andrée (adapter mon CV pour la fonction publique, préparer une lettre de présentation), mais c'était toujours pour des processus qui n'étaient pas vraiment pour moi. C'est comme si je me sentais obligé de postuler même si je n'étais pas prêt ou si je n'avais pas assez d'expérience.

Cela a vraiment commencé à débloquer pour moi le jour où Andrée a réussi l'exploit de me faire comprendre que je devais vraiment m'appliquer à me faire confiance pour dépasser les limites. Il y a eu un travail pour construire ma confiance pour que je sois vraiment prêt le jour où il y aurait une véritable occasion à ma portée.

Après toutes ces années de cheminement personnel, j'ai vu apparaître un processus de sélection pour un poste de CS-2 (Systèmes d'ordinateurs) taillé sur mesure pour moi. J'ai appliqué ce que j'avais appris avec Andrée. J'avais l'expérience requise pour ce poste et j'ai su le démontrer de façon inspirée et avec une confiance que je venais tout juste de développer. Cela s'est tellement bien passé que j'ai été choisi pour le poste!

Parallèlement à ce processus de sélection, j'ai vu apparaître une occasion de transfert, comme CS-1 à Shawinigan. Comme je souhaitais faire un retour dans la région d'où ma femme et moi sommes originaires, cette possibilité d'affectation représentait une belle opportunité. C'est alors que j'ai eu un choix important à faire : devenir CS-2 en tant que programmeur à Ottawa OU être transféré en tant que CS-1 dans un domaine bien différent à Shawinigan au niveau du soutien technique au téléphone.

Après avoir réfléchi à la question avec Andrée, j'ai pris la décision de retourner dans ma région en oubliant la promotion de CS-2. Je me retrouvais exactement là où je voulais être. J'avais réussi tout ça moi-même, accompagné par une personne objective qui m'aidait à reconnaître ce qui était le mieux pour moi.

Une fois rendu là-bas, j'ai touché à peu près à tout ce qui pouvait être fait dans mon équipe. Quelques années plus tard, j'ai une fois de plus senti le besoin de gravir les échelons pour avoir une occasion en tant que CS-2. Comme ces opportunités sont très rares en région, ce n'est que 8 ans, jour pour jour après mon arrivée à Shawinigan que j'ai obtenu mon poste permanent de CS-2. Grâce à ma persévérance et à mon audace, j'y suis arrivé. Pendant cette période, Andrée a toujours été dans mes pensées et elle a su donner de son temps, ici et là, pour m'aider à quelques reprises.

À chaque nouvelle étape que je réussissais à franchir, je m'assurais d'en informer ma guide professionnelle parce que j'étais fier, parce que je voulais démontrer ma reconnaissance et sincèrement, parce que je sais que ça l'intéresse. Lorsque j'ai rencontré Andrée, en avril 2003, je lui avais révélé ma liste de rêves. Aujourd'hui, je peux dire que je les ai tous réalisés! Je suis la preuve vivante que tout est possible dans la vie. Il suffit de savoir ce qu'on veut, de faire les efforts nécessaires, de croire fermement que ça peut arriver et de s'entourer de personnes qui vous soutiennent et croient en vous, comme Andrée.

Programmeur-analyste
Agence du revenu du Canada, Saguenay

Même avec mon déficit d'attention, j'ai réussi là où mes compétiteurs ont échoué

Je connais Andrée depuis plus de 15 ans. Comme j'ai un déficit de l'attention, la gestion de ma carrière aurait été un réel fiasco si elle n'avait pas été là pour m'accompagner dans les étapes décisives de ma vie professionnelle. J'ai rencontré Andrée lorsque j'étais à l'université. Je venais d'être mis à la porte de l'université pour mauvais résultats. Grâce à elle, au soutien qu'elle m'a apporté, aux stratégies qu'elle m'a

« Je ne voulais pas rater ma chance »

fournies, j'ai recommencé dans une autre université et j'ai réussi à obtenir mon baccalauréat avec des mentions d'honneur.

À l'époque, ni elle ni moi ne nous doutions qu'il s'agissait du déficit de l'attention. Puis est venu mon premier emploi où j'ai été capable de bien réussir et j'ai été plus de cinq ans sans la croiser. C'est en 2007 que j'ai utilisé ses services de coaching, étant donné le malaise que je ressentais dans l'organisation où je travaillais. Elle m'a alors offert un soutien rapproché pour identifier mes forces et déterminer ma mission de vie. J'ai pris un congé du travail et pendant cette année, j'ai réfléchi, me suis positionné et j'ai établi ce que je voulais vraiment de la vie. Andrée proposait un plan sur 5-10 ans et à l'époque, je n'étais pas prêt pour cela. Elle m'a respecté. L'an dernier, je suis allée la consulter pour obtenir un soutien relativement à la recherche d'emploi. Un poste sénior venait d'être affiché dans mon ministère et je ne voulais pas rater ma chance. Encore une fois, avec patience, elle m'a fourni les outils pour encadrer mes démarches, elle m'a guidé dans toutes les étapes de préparation de ma candidature bien que l'écriture ne soit pas ma force. Celle-ci a été acceptée. Avec elle, je me suis préparé à l'examen

puis à l'entrevue. Je me suis surpris à utiliser les mêmes techniques que lorsque j'étais à l'université : j'ai mis de côté tous les projets de rénovation que j'avais sur ma planche de travail, j'ai consacré tous mes temps libres à ma promotion et j'ai finalement obtenu une offre d'emploi pour un emploi de plus de 100 000 \$ par année.

Sans Andrée dans ma vie, je ne serais jamais là où j'en suis. Je lui suis reconnaissant non seulement pour ses connaissances qu'elle partage avec générosité mais surtout pour la résilience dont elle fait preuve. Elle sait écouter, être à notre service tout en nous guidant dans les moments où on s'égaré de notre trajectoire. Son sens de l'analyse est extraordinaire. Merci Andrée pour tout ce que tu fais.

**Programmeur-analyste
Industrie Canada**



DONNEZ
UN SENS
À VOTRE
vie

Inscrivez-vous au
Programme Épanouissement Professionnel
pour mettre à profit vos talents et utiliser pleinement
votre potentiel sur le marché du travail


evolupro

Avec Andrée Martineau
www.evolupro.com
info@evolupro.com

Chère Mme Martineau,

Au printemps 2015 nous étions quelque peu désespérés : notre fils Anthony venait de nous annoncer qu'il lâchait le CEGEP et ne savait plus dans quoi il voulait étudier. Le coup fut dur et l'ajustement difficile, car nous ne savions pas comment réagir ni quoi faire.

C'est alors qu'une amie nous a fait part de vos services et du travail que vous réalisez auprès des jeunes adolescents. Suivant son conseil, nous avons communiqué avec vous en espérant pouvoir retrouver chez notre garçon un intérêt quelconque qui le motiverait à retourner à l'école afin de poursuivre des études dans un domaine qui le stimulerait. Malgré votre horaire chargé, vous avez bien accepté de travailler avec lui dans le contexte de votre programme de planification de carrière au cours de l'automne 2015.

Nous sommes très heureux et fiers de vous annoncer qu'à la suite de votre programme, notre fils s'est inscrit à la Cité collégiale en Ontario au programme Administration des affaires - comptabilité. Afin d'être admissible pour son programme pour le trimestre d'automne 2016, il devait au préalable s'inscrire et passer un cours en mathématiques avancées : chose qu'il a faite sans faute dès l'hiver 2015, obtenant une note de passage de 86%.

Anthony fréquente présentement la Cité collégiale depuis maintenant près de 2 mois où il suit des cours en comptabilité, marketing, gestion, et technologie de commercialisation. Passionné par les sujets qu'il voit en classe, il éprouve peu de difficultés, obtenant des notes bien au-dessus de la moyenne générale.

Ainsi, nous aimerions vous remercier, du plus profond de nos cœurs, pour le travail que vous avez fait avec lui. Quoiqu'un plombier ou un électricien aient été très utile autour de la maison, nous sommes très ravis de le voir dans un domaine qui l'intéresse fort bien. Nous espérons qu'il va continuer son cheminement, mais peu importe ses choix, nous vous remercions du travail que vous avez fait avec lui et sommes reconnaissants de la confiance que vous lui avez inspirée.

Gilles Belley et Ann Therrien

Après 9 ans de persévérance, il occupe le poste de ses rêves

J'ai pris connaissance des services d'Andrée Martineau, experte en gestion de carrière, spécialisée pour la fonction publique du Canada, le 31 décembre 2007, dans une petite annonce du journal *Le Droit*.

À l'époque, je voyais grand. Je sortais de l'université et voulais devenir diplomate au ministère des Affaires étrangères. À partir de séances individuelles, Andrée m'a appris l'importance du réseautage et de la persévérance. Après de nombreux ateliers, pratiques d'entrevues, une transformation complète de la structure de mon CV, le coaching privé pour l'aide avec les demandes d'emploi, et ses nombreux ateliers, j'ai maintenant réalisé mon rêve et je occupe présentement un poste de diplomate aux Affaires mondiales Canada (anciennement les Affaires étrangères).

L'investissement à long terme que j'ai fait en travaillant de près avec Andrée m'a amené à une carrière très fructueuse. Ce n'est pas sans effort ni échecs mais aujourd'hui, j'occupe le poste que je rêvais d'avoir. Ma carrière m'a amené à Bogota (Colombie), à Washington, D.C., et à Kabul (Afghanistan), pour n'en nommer que quelques-uns.

Je recommande définitivement ses services. C'est la seule spécialiste en Outaouais qui possède plus d'une décennie d'expérience en gestion de carrière au sein de la fonction publique fédérale. Et puis, une fois client, on le demeure pour toujours... Il m'arrive encore de la consulter à l'occasion pour des situations difficiles. Je sais que je peux lui faire confiance et qu'en toute confidentialité elle saura m'aider à trouver les réponses qui sont adaptées à ma situation.

Diplomate
Ministère des Affaires mondiales

Elle fait la paix avec le réseautage et cesse de s'auto-saboter

J'ai quitté la fonction publique fédérale pour lancer mon entreprise en 2012. Comme c'était dans un domaine peu connu, au début j'ai travaillé très fort pour l'explorer, le faire connaître tout en faisant reconnaître mes expertises. J'avais un projet spécial en tête, mais j'étais épuisée après toutes ces années de réseautage et tentatives d'obtenir de nouveaux contrats.

« Je suis ressortie grandie de ce coaching, dynamisée et maintenant, tout se fait dans le calme »

J'ai choisi d'utiliser les services de coaching pour m'aider à atteindre mon objectif. Dans mes séances, j'ai réalisé que j'avais perdu confiance en mon potentiel et que je m'auto-sabotais. Ces années à faire connaître mon entreprise n'avaient pas été de l'acharnement,

mais bien de la persévérance. Aussi, j'ai développé une nouvelle façon d'apprivoiser les refus des clients que je rencontrais. Je suis ressortie grandie de ce coaching, dynamisée et maintenant tout se fait dans le calme. Avec une attitude positive, les bonnes personnes sont mises sur mon chemin pour continuer à développer mon entreprise et vivre mon rêve.

Je recommande fortement le Programme « Changez d'altitude » pour toutes les personnes qui ont besoin d'être guidées dans la réalisation de leur potentiel. Grâce à un accompagnement personnalisé et à des questions clés, vous découvrirez que toutes les réponses sont en vous.

Assistante virtuelle
Adjointe nomade

Elle ose demander la modification de ses tâches et retrouve une qualité de vie qu'elle croyait perdue

Je lis la chronique d'Andrée Martineau dans la revue *Cheminement* depuis environ 3 ans. Chaque fois je suis inspirée par ses textes.

Un jour, j'ai pensé: « Mais peut-être qu'Andrée pourrait m'aider » et j'ai osé la contacter pour obtenir son soutien dans une situation délicate que je vivais au travail.

Il y a eu une première conversation qui m'a permis d'identifier mon réel besoin. Et c'est lors du suivi initié par Andrée que la lumière s'est faite. Grâce aux questions de coaching des plus pertinentes qu'elle m'a posées, j'ai vu clair et j'ai choisi de passer à l'action.

M'admettre et surtout admettre à ma directrice que ma santé ne me permettait plus d'accomplir certaines fonctions de ma profession représentaient tout un défi pour moi. Je voyais plus d'inconvénients à lui partager cette information que d'avantages. J'avais fait une analyse rigoureuse des obstacles qui se dresseraient devant moi lorsque je lui parlerais de mes états d'âme. Et plus le temps avançait, plus je m'enfonçais dans mon désarroi et mes scénarios d'horreur. J'en étais au point que ma qualité de vie professionnelle et personnelle en était affectée.

Le soutien reçu par Andrée, aussi bref a-t-il été, m'a donné une leçon d'authenticité, d'intégrité et d'acceptation de toutes les composantes de moi-même. J'étais arrivée à un carrefour dans ma vie qui m'offrait la possibilité de m'exprimer, d'exprimer mes besoins, de m'affirmer et d'avoir confiance que l'autre pouvait me recevoir.

Cela a été effectivement le cas. Contrairement à mes craintes, ma directrice a grandement apprécié ma demande et a d'emblée démontré une volonté de contribuer à mon bien-être et donc à ma santé en mettant l'accent sur mes talents, mon expérience et mes acquis et non sur mes défis.

Elle a immédiatement proposé une modification de mes tâches afin de retirer le meilleur de mes forces et d'éviter d'inhiber mon énergie. Mon expérience avec Andrée a été inouïe et très gratifiante. Grâce à son soutien, j'ai dépassé la peur d'affirmer mes besoins et de faire des demandes claires. J'ai retrouvé ma qualité de vie et surtout une relation de confiance nouvelle s'est développée avec ma directrice.

Employée
Fonction publique fédérale

Et si vous étiez la prochaine « Histoire à succès » evolupro?

- Osez changer et communiquez dès maintenant avec nous pour savoir comment on peut vous accompagner dans votre succès professionnel : info@evolupro.com.

Nous profitons de l'occasion pour vous
remercier chaleureusement de la
confiance que vous nous témoignez.
C'est cette confiance qui est reflétée
dans ces 12 histoires à succès.
Puissent ces témoignages vous inspirer
à poursuivre la recherche du niveau
d'épanouissement professionnel
dont vous rêvez.

L'équipe evolupro.



evolupro

320, boul. St-Joseph, CP 79 199
Gatineau QC J8Y 6V2
info@evolupro.com
evolupro.com





12 HISTOIRES À SUCCÈS EN GESTION DE CARRIÈRE

RECUEIL 2018





MOT D'ANDRÉE MARTINEAU

2018 a été une année bien particulière puisque j'ai poursuivi l'aide apportée aux professionnels sur le marché du travail tout en ajoutant une nouvelle clientèle : les jeunes. En effet, les services d'evolupro sont maintenant offerts et adaptés aux jeunes de 16 à 25 ans que ce soit pour la planification de carrière ou la recherche d'emploi. Vous trouverez donc dans ce recueil le témoignage de professionnels et de jeunes entrant sur le marché du travail.

L'histoire de ces personnes pourrait passer inaperçue si ce n'était de ce recueil et de ma volonté à honorer la volonté, le courage et la détermination des personnes qui choisissent de mettre en priorité leur vie professionnelle et de prendre action pour vivre une vie pleinement épanouie.

J'espère que ce recueil saura vous inspirer et vous motiver à passer à l'action.

Andrée

Table des matières

1- Une carrière en médecine, un rêve qui devient réalité !	3
2- Les difficultés éprouvées avant de devenir directrice...	4
3- Un accompagnement à la planification de carrière qui dépasse mes attentes	5
4- Quand planification de carrière rime avec confiance	7
5- Il n'est jamais trop tôt pour planifier sa carrière	8
6- Une recherche d'emploi longue et ardue qui finit bien	9
7- La Série Coaching Virtuel, un livre qui donne des résultats	10
8- Un coaching spontané qui mène à un stage	11
9- Aide-toi et le ciel t'aidera...	12
10- Un coaching qui aide à surmonter les défis du quotidien	13
11- Un exemple de gestion de talents réussi	14
12- Une conférence qui motive	15

1- Une carrière en médecine, un rêve qui devient réalité !

Depuis de nombreuses années, j'aspire à devenir médecin. Mon parcours universitaire a débuté avec l'obtention d'un baccalauréat en sciences de la santé et s'est poursuivi avec une maîtrise en sciences de la réadaptation à l'Université d'Ottawa. Au cours de mes études, j'ai fait des demandes pour être admise dans diverses facultés de médecine au Québec et en Ontario, sans toutefois obtenir un accès aux entrevues ou une offre d'admission. C'est avec grand plaisir que j'ai accueilli la nouvelle que j'étais convoquée à nouveau, cette année, aux entrevues de sélection en médecine.

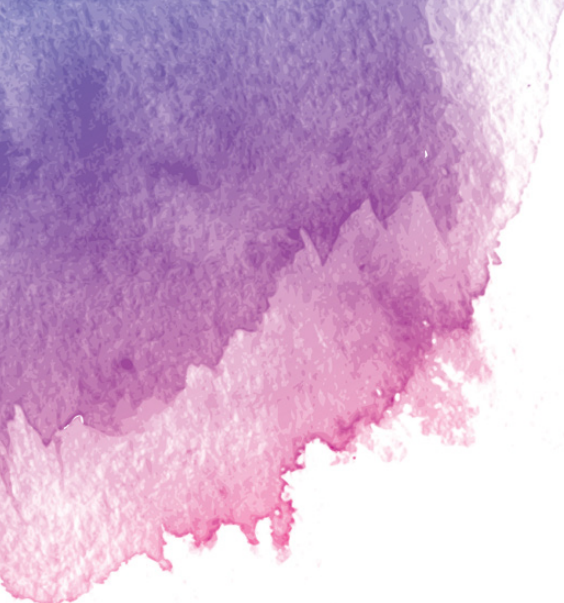
Ayant déjà franchi les étapes du processus d'admission, j'avais une idée de l'ampleur de la préparation aux entrevues et je me questionnais à savoir ce que je pourrais améliorer afin de réussir à être admise dans un programme de médecine. Je voulais surtout mettre toutes les chances de mon côté pour parvenir à mon objectif de vie. Ainsi, de bouche à oreille, le nom de Mme Andrée Martineau a été mentionné et recommandé pour son expertise dans le domaine du coaching à des fins d'entrevues.

Soyons honnête, j'étais réticente à l'idée de demander de l'aide pour la préparation d'entrevue, car j'aime réussir à accomplir les choses par moi-même. J'ai donc pris le temps de réfléchir avant de contacter Mme Martineau, mais une voix intérieure me disait que je devais foncer et faire appel à ses services. Dès les premiers échanges, Mme Martineau a fait preuve de professionnalisme, de dynamisme et de rigueur. Malgré son horaire très chargé à cette période, elle a su m'accorder du temps de qualité.

Mme Martineau a établi, en collaboration avec moi, mes objectifs pour les deux rencontres. De cette façon, elle a su maximiser le temps de préparation en me fournissant différents outils de travail et des approches variées afin de réussir avec succès mes entrevues d'admission en médecine. À la suite de cette première rencontre, la préparation individuelle n'a pas été de tout repos considérant que je travaillais à temps plein comme professionnelle de la santé et que j'avais plusieurs autres engagements les soirs de la semaine. Cependant, ce temps de préparation en valait grandement la peine, car j'ai pu appliquer les conseils de Mme Martineau lors de l'entrevue simulée à la deuxième rencontre et obtenir de la rétroaction constructive de sa part. Ainsi, j'ai été en mesure d'effectuer mes entrevues de médecine avec davantage de confiance. Cet investissement de temps et d'argent avec Mme Martineau m'a finalement permis d'avoir une offre d'admission en médecine pour septembre 2018.

J'encourage toute personne qui désire poursuivre ses rêves et avoir une carrière propre à son image à contacter Mme Martineau dans le but d'obtenir son expertise et ses précieux conseils.

Étudiante en médecine
Université d'Ottawa



Plus de **700 abonnés** reçoivent les 101 trucs de recherche d'emploi pour la fonction publique fédérale. Inscrivez-vous pour augmenter vos chances de réussite! C'est gratuit!

2- Les difficultés éprouvées avant de devenir directrice...

Au cours des dernières années, j'ai développé comme objectif de carrière d'obtenir un poste de directrice au gouvernement fédéral. Pour l'atteindre, je devais me qualifier dans un bassin de candidats d'un processus compétitif. Je me doutais que le format du concours serait très différent de ceux d'autres classifications que je connaissais, mais j'ignorais à quel point.

J'ai postulé dans un premier concours et j'ai récolté de l'information auprès de différentes sources pour me préparer (par exemple, collègues ayant fait l'expérience de tels processus, sites web de préparation aux entrevues). J'ai passé l'examen écrit mais je n'ai pas réussi l'entrevue. Après avoir obtenu de la rétroaction sur les éléments à améliorer par rapport à ce premier essai, j'ai postulé dans un deuxième processus et encore une fois, je me suis rendue à l'entrevue. Je m'y suis préparée avec l'aide d'un coach via un programme

offert par mon ministère. L'expérience ne s'est pas bien passée, entre autres car le coach a suggéré plusieurs changements importants à ma façon de me présenter et de répondre qui m'ont rendue moins confiante.

Après ces deux tentatives infructueuses, j'ai voulu retrouver ma confiance en moi pour me lancer dans un troisième processus compétitif. J'ai décidé de travailler avec Andrée que j'avais connue dans le cadre de mon processus de planification de carrière. Elle a structuré ma préparation en décortiquant chaque étape. Elle m'a permis de cibler mes efforts en préparant des réponses pouvant être réutilisées dans plusieurs contextes. J'ai aussi repris confiance en moi car les stratégies de réponse pour l'entrevue correspondaient mieux à ma personnalité. J'ai donc réussi à vaincre ma bête noire, l'entrevue, et à me qualifier dans un processus EX. Je ressors du processus en sachant qu'il faut être tenace dans l'atteinte de ses objectifs, mais flexible dans les méthodes pour les atteindre. Merci Andrée!

Directrice
Gouvernement du Canada

3- Un accompagnement à la planification de carrière qui dépasse mes attentes

Après avoir travaillé 20 ans dans plusieurs domaines et dans des postes de gestion, je semblais manquer de motivation par rapport à ma vie professionnelle et je me sentais extrêmement fatiguée. Je vivais cette routine néfaste de « métro, boulot, dodo » et je ne comprenais pas pourquoi ma carrière était devenue un fardeau dans ma vie. Pourtant, durant ma vingtaine, j'avais eu tant d'espoir de devenir une « femme d'affaires extraordinaire » et j'avais été passionnée par chaque opportunité qui s'était présentée dans ma vie. Après mon dernier poste en gestion des opérations pour l'Université d'Ottawa, j'ai décidé de prendre une pause pour me reposer, revoir mes priorités et apprendre à me connaître à nouveau. En fait, je voulais découvrir ce que voulait dire « femme d'affaires extraordinaire » car il semblait que j'avais perdu ma boussole intérieure.

Après une belle excursion dans les Rocheuses, durant laquelle j'ai pu réfléchir et écouter ma voix intérieure, mes objectifs sont devenus clairs :

1. Découvrir ma mission
2. Établir comment je pouvais m'identifier dans cette mission
3. Bâtir une structure pour rediriger ma carrière vers ma mission

C'est à moment-là que je suis tombée sur l'annonce d'Andrée Martineau dans le journal *Le Cheminement* qui m'a interpellée. Je n'avais jamais entrepris des démarches avec un « coach de carrière » donc je ne savais pas trop à quoi m'attendre. J'ai fait la demande pour planifier un appel d'introduction et

dès la première minute de discussion avec Andrée, je savais que j'allais être entre bonnes mains et que j'allais retrouver mon chemin. Elle était tellement sympathique et ses mots d'encouragement me redonnaient espoir.

Lors de la première session, ma discussion avec Andrée a été inspirante. Elle avait déjà tout plein d'outils pour m'aider à effectuer un beau travail de réflexion. J'avais hâte de me découvrir. Ensemble, nous avons trouvé ma mission très rapidement, ce qui m'a soulagée. J'avais toujours eu des incertitudes concernant ma mission mais je savais que je voulais aider les gens à retrouver leur dignité au sein de notre société (surtout les femmes) et Andrée a su me diriger de façon à reconformer que ce besoin d'aider était bel et bien en lien avec ma mission. Ensuite, elle m'a démontré les nombreuses possibilités en lien avec cette mission.

De plus, Andrée m'a fait découvrir l'Univers de la numérologie pour mieux comprendre mon chemin de vie (ou le chiffre de votre destinée) et de l'appliquer à mon cheminement de carrière. Cette activité m'a aidée à mieux comprendre pourquoi je revivais certains défis et m'a profondément rassurée. Comprendre les cycles de vie m'a permis de faire de meilleurs choix et de faire confiance à l'Univers... Tout se déroulait dans l'ordre.

Les sessions suivantes ont été très productives et j'ai pu commencer à mettre en place un cheminement de carrière en lien avec ma mission. J'ai pu identifier mes clients cibles, les organismes qui correspondaient à mes valeurs et ma mission, ainsi que déterminer les compétences qui pourraient être transférables pour mieux réussir dans des rôles de leadership.

Je travaille encore sur mon plan de carrière car je ne fais que débiter mon cheminement sur la découverte de ce que veut dire être une « femme d'affaires extraordinaire » mais je peux vous assurer que je ►

◀ vois maintenant la valeur du travail que j'ai fait avec Andrée puisque je semble reconnecter un peu plus avec ma boussole intérieure et ce, à tous les jours. Mon cheminement avec Andrée n'est pas terminé puisque je me prépare à retourner dans un mandat en leadership qui sera enligné avec ma mission et qui contribuera à mieux servir ma communauté. Lors de ma dernière session, nous avons révisé les étapes sur l'entrevue et les informations partagées m'ont tellement aidée que j'entrevois de planifier trois sessions pour maintenant mettre en place les théories qu'elle m'a apprises en les pratiquant avec elle.

Pour terminer, ma candidature a récemment été retenue pour jouer un rôle de Consultante pour aider à restructurer un organisme à but non lucratif qui appuie les femmes en leadership dans le domaine des communications et de la technologie. Non seulement ce mandat me permet d'explorer les possibilités d'être une femme entrepreneure en travaillant à mon compte, mais cela me permet d'enligner ma carrière avec ma mission en travaillant pour un organisme qui a pour but de supporter les femmes en leadership en leur offrant des opportunités d'éducation et de réseautage. Je suis confiante

que je suis maintenant sur la bonne route pour attirer mon prochain mandat en leadership en lien avec ma mission et qui répondra à mon rêve de devenir une « femme d'affaires extraordinaire ».

Je tiens à remercier Andrée sincèrement pour son dévouement, sa belle personnalité inspirante, ses nombreux outils et ses encouragements. Elle a su croire en moi lorsque j'avais perdu ma confiance et ma boussole.

Directrice
Centre communautaire



**DONNEZ
UN SENS
À VOTRE
vie**

Inscrivez-vous au
Programme Épanouissement Professionnel
pour mettre à profit vos talents et utiliser pleinement
votre potentiel sur le marché du travail


evolupro

Avec Andrée Martineau
www.evolupro.com
info@evolupro.com

4- Quand planification de carrière rime avec confiance

Je suis une jeune professionnelle qui travaille dans la fonction publique fédérale depuis près de neuf ans. J'ai récemment ressenti le besoin de faire un bilan, surtout après quelques déceptions professionnelles. J'ai eu envie de m'orienter, de me poser les vraies questions telles que : quelles sont mes valeurs, mes motivations, mais surtout, qu'est-ce que j'aime faire au travail?

Malheureusement, je n'arrivais pas à me poser ces questions moi-même, à aller au fond des choses. Comme une amie me l'a si bien dit, des fois on peut déboucher notre évier nous-même, mais des fois on a besoin d'appeler un plombier! Alors, j'ai fait appel aux conseils experts d'evolupro. J'avais reçu des recommandations élogieuses au sujet de ma coach (Andrée Martineau) de la part de d'autres professionnels et j'ai pu réclamer une partie des frais grâce aux assurances offertes par mon employeur.

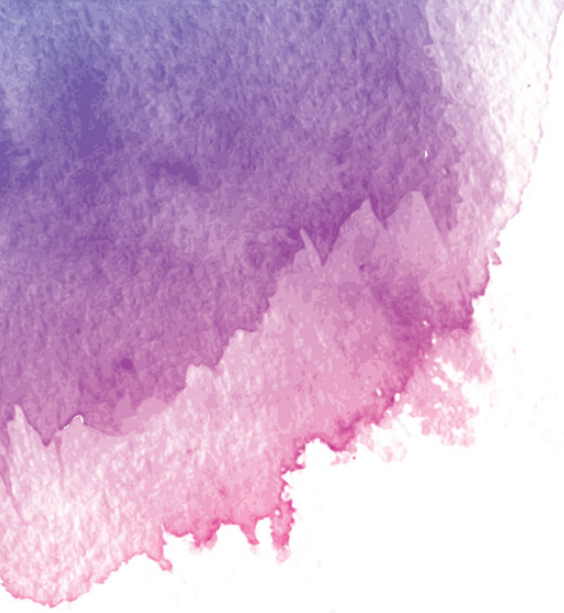
Durant chaque session avec Andrée, je ressentais son appui et sa compassion. Mais je bénéficiais surtout de ses analyses pointues et réfléchies et je sentais que j'en apprenais beaucoup plus sur moi-même. L'ingrédient unique était Andrée elle-même : son expérience, sa candeur et son habileté à faire les liens au cours de nos échanges. J'y ai gagné confiance en moi et je me suis sentie valorisée tout au cours des modules et exercices que je devais faire entre nos rendez-vous.

Ce qui m'a rendue le plus fière c'est lorsque j'ai mis en pratique les connaissances que j'avais acquises à travers ce programme. Par exemple, le jour où j'ai eu deux offres d'emplois dans différents secteurs. Par le passé, j'hésitais beaucoup lorsque je devais

prendre des décisions professionnelles : je demandais à mes amies, mentors, parents, ce que je devais faire. Pas cette fois-ci! J'ai fait l'analyse de mes grilles d'intérêts, mes valeurs, mes motivations au travail et surtout MES besoins. Je me suis demandé ce qui me correspondait le mieux et non à qui je devrais dire oui pour faire plaisir ou pour avancer dans ma carrière. Ça y était! Je me faisais confiance.

Je connais maintenant beaucoup mieux la professionnelle que je suis. En situation d'entrevue, je mets maintenant cartes sur table et j'indique mes forces, mes motivations ainsi que mes besoins au travail. C'est ça pour moi le succès du Programme en planification de carrière avec Andrée! J'ai terminé celui-ci il y a quelques mois et je consulte encore et encore mes modules de formation, surtout les notes d'Andrée et je sais que je continuerai à les utiliser encore longtemps. Je n'hésite surtout pas à recommander ses services à mes collègues et amis qui cherchent des réponses et veulent être plus heureux au travail. Appelez evolupro!

**Agente de communication,
Conseil national de recherches Canada**



5- Il n'est jamais trop tôt pour planifier sa carrière

Quand j'étais en secondaire 3, je pensais à où je voulais aller dans la vie et je n'en savais rien. J'avais trop d'idées et j'avais de la difficulté à prendre une décision. Ça me rendait anxieux de ne pas savoir.

Avec ma mère, nous avons choisi le programme *Épanouissement professionnel* qui me fournissait des exercices à compléter pour m'aider à apprendre à me connaître.

Tous les deux nous savions que c'était important de faire des bons choix. Ma mère a donc accepté d'investir de l'argent dans ce programme et moi, du temps.

Ça m'a pris quatre à cinq heures pour faire l'ensemble des exercices mais ce qui m'a le plus aidé, c'est de me poser des questions tout au long du programme. En

fait, pendant mes recherches, je me suis aperçu que chaque fois que je m'intéressais à un sujet ou que je pensais à mes intérêts, le marketing et la gestion revenaient tout le temps. C'est ainsi que j'ai choisi la technique en gestion de commerce au CEGEP.

Ça m'a grandement aidé de suivre un cours spécialisé en orientation. Ça m'a forcé à me connaître, à réfléchir à ce que j'aime et à analyser mes besoins. J'ai maintenant une plus grande confiance en moi et je me sens plus orienté comparé à d'autres de mes amis.

Étudiant
École secondaire du Versant

6- Une recherche d'emploi longue et ardue qui finit bien

J'ai pris connaissance du programme de recherche d'emploi d'evolupro grâce à une publicité sur Facebook. À l'époque, je venais de terminer ma maîtrise à l'ENAP et j'étais à la recherche active d'un emploi. Cependant, j'avais de la difficulté avec les entrevues et je n'arrivais pas à me qualifier dans les bassins de candidats.

En suivant la formation de recherche d'emploi avec evolupro, j'ai amélioré la manière de présenter ma candidature pour les processus de sélection. Même si avant cette formation j'avais déjà entendu parler de la méthode STAR, j'éprouvais encore quelques difficultés à bien m'en servir. À cet effet, les exemples donnés dans les modules de formation m'ont mieux éclairée, en ce sens qu'ils précisaient le genre de détails que je devais fournir pour mieux expliquer et soutenir mes expériences. J'ai également appris d'autres méthodes telles que le STAIR pour présenter mes exemples. Il convient de mentionner que cette dernière était tout à fait nouvelle pour moi.

Je suis une personne qui aime prendre des risques et même si le coût de ce programme était élevé et que je n'avais pas d'emploi à l'époque, je savais qu'il représentait un investissement important pour moi et qu'il me permettrait d'atteindre mes objectifs tôt ou tard. De plus, selon mon expérience, un investissement humain produit toujours de beaux fruits.

Le processus peut être long mais avec de bonnes stratégies, ça nous aide à garder confiance en notre potentiel et en nos objectifs. Pour ce faire, il ne faut jamais baisser les bras.

Somme toute, ce que je retiens est que ce programme m'a aidé à mieux mettre en valeur mes compétences et comprendre les qualités recherchées par les recruteurs.

Je sais que je ferai toujours recours aux services d'evolupro dans l'avenir car, comme mentionné ci-dessus, l'investissement humain est la plus grande richesse. De plus, avec les conseils des professionnels en emploi, je vais pouvoir aller aussi loin que je le souhaite.

**Candidate EC-02 dans un bassin
Agriculture et agro-alimentaire Canada**

« Même si le coût de ce programme était élevé et que je n'avais pas d'emploi à l'époque, je savais qu'il représentait un investissement et qu'il me permettrait d'atteindre mes objectifs tôt ou tard. »

7- La Série Coaching Virtuel, un livre qui donne des résultats

J'ai longtemps voulu travailler à la fonction publique du Canada, mais je ne savais pas par où commencer, ni la démarche à suivre pour y arriver. J'étais rendue à un point où je me disais que je n'avais peut-être pas ce qu'il fallait pour y travailler. Pourtant, j'avais beaucoup d'expérience de travail professionnel ainsi que des diplômés universitaires.

C'est à la fin de mon congé de maternité que j'ai décidé de me lancer de nouveau dans ma recherche d'emploi. On était au mois d'avril et je m'étais fixé comme objectif de débiter ma carrière comme fonctionnaire d'ici la fin de l'année en cours. J'ai commencé à postuler (pour au moins 2 à 3 emplois par jour) sans succès. Je ne recevais pas de demandes d'entrevue ou d'examen, alors je me suis dit que je ne faisais sûrement pas les choses de la bonne façon. J'ai donc décidé d'aller chercher de l'aide. C'est là que je me suis inscrite à Carrefour jeunesse emploi et ils m'ont parlé des formations/ateliers que Mme Martineau offrait.

Je me suis alors inscrite à un de ses formations sur la recherche d'emploi à la fonction publique du Canada. C'est lors de la formation que j'ai su que je ne faisais pas les choses comme il faut. J'ai appris énormément de choses sur la démarche à suivre, les étapes pour réussir son entrevue/examen, les tests de langues, etc... À la fin, j'étais tellement motivée que j'ai décidé d'acheter son livre, *Série Coaching Virtuel*, que j'ai d'ailleurs tout lu avant d'entamer de nouveau mes recherches.

J'ai suivi ses recommandations à la lettre et les demandes d'examen ont déferlé et les entrevues se sont enchaînées. Il m'est même arrivé d'en refuser. Quelques 6 mois après, j'ai obtenu mon premier poste d'entrée à la fonction publique (J'avais reçu 3 offres

en même temps et c'était à moi de choisir celle qui répondait le mieux à mes attentes pour ma carrière).

Je travaille en ce moment à Emploi et Développement social Canada comme adjointe administrative avec beaucoup de possibilités d'avancement. Je suis très heureuse dans mes nouvelles fonctions et je viens d'obtenir un poste permanent.

Je voulais simplement souligner que j'ai beaucoup apprécié les conseils de Mme Martineau qui ont d'ailleurs porté fruit. Ses conseils sont très pratiques et faciles à suivre. Grâce à elle, je n'ai nul doute que je pourrai maintenant évoluer comme fonctionnaire et je me sens exactement à la bonne place.

Même si j'ai un emploi déjà, je continue à lire les **101 trucs** que je reçois dans ma boîte de courriels chaque matin. Merci encore 😊 😊 😊



Série Coaching Virtuel

Poser sa candidature à la fonction publique du Canada

WWW.SERIECV.EVOLUPRO.COM

8- Un coaching spontané qui mène à un stage

Ma deuxième année de technique en comptabilité et gestion au CEGEP, tirant à sa fin, est venu le temps de débiter notre recherche de stage. Avec une date limite arrivant à grands pas et pressant mes efforts de recherche, j'avais peine à définir exactement quel genre de stage je recherchais et lequel serait le plus bénéfique dans mon cheminement professionnel.

C'est lors de cette première occasion que Mme Martineau a su m'épauler et me guider vers le droit chemin. Elle m'a fait rester avec elle après un cours pour me faire comprendre que je ne pouvais pas simplement me diriger vers « n'importe quel stage », mais que je devais plutôt définir ce que je recherchais réellement à développer et expérimenter lors de celui-ci. Elle m'a laissé partir l'esprit songeur et, comme toujours, avec l'invitation d'aller à son bureau pour discuter davantage. Après quelques discussions, j'ai pu être en mesure de commencer réellement ma recherche de stage en approchant des entreprises qui pourraient répondre à mes attentes.

Quelques semaines plus tard, est arrivé le jour de ma première et seule entrevue obtenue. Me préparant quelques heures à l'avance, j'ai décidé d'aller voir si Mme Martineau était disponible pour quelques conseils de dernière minute. Elle a pris immédiatement le temps de s'asseoir avec moi pour revoir l'offre de stage et s'assurer que j'étais bien prêt. Elle m'a offert plusieurs points clés sur lesquels porter mon attention pour avoir les meilleurs résultats possibles, passant des éléments les plus importants aux plus banals, comme trouver une paire de souliers pour remplacer les miens, qui étaient réellement dans un état pitoyable. Elle a fini avec des mots motivants et rassurants. Je me sentais prêt à conquérir le monde. Il ne



s'agissait que de quelques minutes, mais ce sont peut-être ces quelques minutes qui ont fait la différence.

Quelques semaines plus tard, j'ai appris avec joie que j'avais été choisi pour le stage que je convoitais. J'ai sans tarder annoncé la nouvelle à Mme Martineau et j'ai été surpris par sa réaction. Elle semblait aussi heureuse et fière que moi, car lorsqu'on lui demande un coup de mains, elle nous aide comme si elle était dans nos chaussures (sans juger leur piètre condition).

Andrée Martineau est une personne que je recommande à tous ceux qui ont un but à atteindre, il s'agit non seulement d'une personne aimable et amicale, mais aussi d'une personne présente, motivée, qualifiée et compréhensive. Son souci du détail et son expérience vous permettront de toujours avoir un pas d'avance sur la compétition. Je la remercie infiniment.

Stagiaire
CEGEP de l'Outaouais

9- Aide-toi et le ciel t'aidera...

Tout a commencé durant ma deuxième session au CEGEP. Je voulais me trouver un emploi étudiant au gouvernement fédéral pour la période estivale. J'ai donc décidé de m'inscrire au programme fédéral d'expérience de travail étudiant (PFETE) sans vraiment savoir à quoi m'attendre.

Après plusieurs semaines, j'ai enfin reçu une invitation pour une entrevue. J'étais folle de joie! « Enfin, je vais avoir la chance de voir ce que c'est que de travailler au gouvernement! » me suis-je dit. Mais, lentement, mon angoisse prenait de plus en plus d'ampleur. Étant une personne n'ayant pas eu beaucoup d'entrevues auparavant, je ne savais pas comment me préparer. Qu'est-ce qu'ils vont me demander? Sur quoi devrais-je me concentrer? Et si je ne réponds pas correctement? Toutes ces questions auxquelles je n'avais pas de réponses m'ont poussée à prendre les choses en main. Je me suis mise à la recherche de tous les moyens possibles qui pourraient m'aider à avoir cet emploi!

Après des soirées passées sur le net à essayer de trouver des recettes magiques pour bien réussir une entrevue, j'ai bien remarqué que ça ne me menait à rien. J'ai donc pensé à ma professeure du cours « Carrières et Professions » que j'avais suivi au CEGEP pendant ma première session: Mme Andrée Martineau, experte en gestion de carrière. Je n'ai pas pu penser à une autre personne plus qualifiée qu'elle!

Le lendemain, ayant un autre cours avec Andrée en matinée, j'en ai profité pour aller lui faire part de mes inquiétudes et de mon besoin d'avoir un guide pour bien réussir l'entrevue. Sans même hésiter, Andrée a

tout de suite accepté de m'aider. Elle m'a offert un document avec des questions générales, auxquelles j'ai répondu dûment la soirée même, pour ensuite me donner un rendez-vous!

Pour notre rencontre, Andrée m'a simplement demandé d'amener le courriel que j'avais reçu du PFETE comme invitation à l'entrevue, afin de l'analyser minutieusement, et bien sûr les questions qu'elle m'avait données. De façon très professionnelle, elle m'a souligné les points à développer, m'a encouragée et m'a rappelé la matière que nous avons vu en classe. Après ce rendez-vous, je me sentais beaucoup plus en mesure de réussir mon entrevue.

Enfin, le jour de l'entrevue est arrivé, et tout s'est passé extraordinairement bien. Bien sûr, j'étais stressée, mais beaucoup moins que je l'aurais été sans l'aide de Mme Martineau. Quelques semaines plus tard, j'ai reçu l'appel tant attendu, et c'est donc depuis ce jour que je détiens un poste étudiant au gouvernement.

Maintenant, j'ai les connaissances nécessaires pour bien me préparer à une entrevue, peu importe le poste convoité. L'aide d'Andrée a été exceptionnelle, mais c'est aussi grâce à ma persévérance et ma volonté d'avoir ce poste que j'ai réussi l'entrevue.

Si j'avais à donner un conseil à quelqu'un, ce serait de ne jamais se décourager devant un nouvel obstacle. C'est en le surmontant qu'on devient plus informé et mieux préparé aux futurs obstacles que la vie nous lance.

Étudiante en technique de comptabilité et de gestion CEGEP de l'Outaouais

« De façon très professionnelle, elle m'a souligné les points à développer, m'a encouragée... »

10- Un coaching qui aide à surmonter les défis du quotidien

J'ai fait appel aux services d'Andrée à la suite de l'obtention d'une promotion. J'allais dorénavant occuper un poste de gestion de façon permanente. J'avais déjà eu l'occasion d'agir à titre intérimaire à quelques reprises, et je souhaitais m'outiller afin de combler certaines lacunes que j'avais identifiées lors de ces expériences. De plus, l'environnement dans lequel j'allais évoluer offrait certains défis au niveau des ressources humaines. Je voulais donc faire le meilleur usage des ressources à ma disposition et de mon temps, de façon à commencer ma carrière de gestionnaire du bon pied.

« Andrée, c'est comme un sherpa qui nous facilite le passage lorsqu'il y a des embûches »

Une mentor que j'ai eue alors que j'étais analyste m'avait déjà parlé d'Andrée. De plus, un de mes collègues possédant plusieurs années d'expérience me l'a chaudement recommandée. Alors, je n'ai pas hésité : je me suis dit qu'elle était la personne qu'il me fallait pour m'appuyer au moment où mon parcours professionnel prenait une autre dimension. Et je n'ai pas été déçue, bien au contraire.

C'est ainsi qu'en février 2018, je débutais des séances de coaching avec Andrée à raison d'une séance par semaine. Avant chacune des séances, j'identifiais un thème ou un enjeu auquel j'étais confrontée et l'objectif visé pour la séance. Andrée me guidait, suscitait ma réflexion et me faisait cheminer grâce à ses questions pertinentes et des exercices de visualisation stimulants. Après chacune des séances, j'ai été en mesure d'atteindre l'objectif fixé. Je faisais des

apprentissages que je pouvais mettre en pratique et ma boîte à outils s'enrichissait.

Ces séances m'offraient un temps d'arrêt pour faire le plein. Une pause me permettant une prise de conscience, et l'approfondissement de ma réflexion. À certains moments, Andrée m'a amenée au-delà de ma zone de confort. Dans d'autres situations, elle m'a permis de reprendre mon élan. Et dans tous les cas, Andrée m'a aidée à surmonter les difficultés auxquelles j'étais confrontée. Elle a fait avancer mon cheminement et accru ma confiance en moi.

Andrée a guidé la prise en charge de mon développement personnel et professionnel et ce, pour le bénéfice de tous. Andrée, c'est comme un sherpa qui nous facilite le passage lorsqu'il y a des embûches, nous encourage lorsque nous sommes à bout de souffle, et nous guide vers le dépassement de soi et la réussite! Merci Andrée!

**Directrice,
Emploi et Développement social Canada**

11- Un exemple de gestion des talents réussi

J'ai fait appel aux services d'evolupro parce que je plafonnais dans mon poste. Je souhaitais exercer de nouvelles fonctions telles que développer les forces de mes collègues et assurer la synchronisation et la collaboration entre différentes équipes, mais je ne pouvais pas y arriver dans un poste de spécialiste. Quant aux postes de gestion, j'avais certaines incertitudes et il m'était difficile de faire le saut.

Le programme de planification de carrière personnalisé que j'ai complété avec ma coach, Andrée Martineau, m'a permis de faire un bilan objectif de ma situation, explorer différentes avenues qui s'ouvraient devant moi et de prendre certaines décisions reliées à mon cheminement professionnel.

Le programme permet de créer un espace de temps nécessaire à la réflexion et m'a confirmé le désir

de faire de la gestion. J'ai pu développer un plan sur lequel je pouvais me concentrer et suivre ma progression. D'ailleurs, l'organisation où je travaillais a accepté qu'il fasse partie de mon plan d'apprentissage et je leur en suis reconnaissante!

Le fait de consulter une personne à l'externe évite tout jugement et rend possible toutes les options. La neutralité et les capacités analytiques d'Andrée m'ont permis d'explorer plusieurs alternatives et c'est aussi avec beaucoup d'assurance que j'ai évalué les avantages et les inconvénients avant de faire mes choix.

Avec le recul, je réalise que la gestion me permet de contribuer au développement des individus et des équipes de travail. Le programme de planification de carrière personnalisé m'a permis de changer mes incertitudes en opportunités et surtout, de trouver ma place au sein de la gestion, ce que je n'aurais jamais cru possible avant...

**Gestionnaire, mobilisation des partenaires
Services partagés Canada**



12- Une conférence qui motive

Il y a environ un an, j'ai assisté à la conférence « Les 12 Règles du Jeu ». Je voulais vous remercier car j'ai obtenu un contrat du 3 avril au 22 août. Ce même groupe a commencé les démarches afin de m'offrir un poste permanent! Sans vos bons conseils je n'y serais pas arrivé!

Et si vous étiez la prochaine « Histoire à succès » evolupro?

- Osez changer et communiquez dès maintenant avec nous pour savoir comment on peut vous accompagner dans votre succès professionnel : info@evolupro.com.

Nous profitons de l'occasion pour vous remercier chaleureusement de la confiance que vous nous témoignez. C'est cette confiance qui est reflétée dans ces 12 histoires à succès. Puissent ces témoignages vous inspirer à poursuivre la recherche du niveau d'épanouissement professionnel dont vous rêvez.

L'équipe evolupro.



320, boul. St-Joseph, CP 79 199
Gatineau QC J8Y 6V2
info@evolupro.com
evolupro.com

