

# SOMMAIRE

|                                                                          |           |
|--------------------------------------------------------------------------|-----------|
| Remerciements .....                                                      | 11        |
| Introduction .....                                                       | 13        |
| <b>PARTIE 1 - ANATOMIE D'UNE COMPÉTENCE</b>                              |           |
| <b>APPRENDRE À SE CONNAÎTRE.....</b>                                     | <b>19</b> |
| <b>Chapitre 1 - Dessine-moi une compétence .....</b>                     | <b>21</b> |
| L'expérience et l'épreuve dessinent les preuves<br>de la compétence..... | 22        |
| La méthode ABC .....                                                     | 24        |
| <b>Chapitre 2 - Décrypte-moi une compétence.....</b>                     | <b>29</b> |
| Donner de l'essence à ses compétences .....                              | 30        |
| La méthode CAM .....                                                     | 31        |
| De la photosynthèse à la compétence : une vision systémique ..           | 33        |
| Exercices pour analyser une compétence avec ABC + CAM .....              | 36        |
| <b>Chapitre 3 - Nos compétences ont des limites.....</b>                 | <b>43</b> |
| Les limites de notre mission (les prescriptions).....                    | 44        |
| Les limites de notre intérêt (les motivations) .....                     | 46        |
| LES MOTEURS (contraction de motivation/valeur) .....                     | 47        |
| Les limites de notre représentation (les croyances limitantes).....      | 52        |
| Comprendre et exprimer ses zones de progrès.....                         | 54        |
| On ne peut pas changer ce que l'on ne connaît pas .....                  | 54        |
| Les étapes à suivre : La méthode R.E.S.P.E.C.T. ....                     | 58        |

## **PARTIE 2 - CARTHOGRAPHIE DES COMPÉTENCES**

### **APPRENDRE À SE SITUER..... 61**

Chapitre 4 - Développer vos compétences, un voyage  
dans l'espace de travail ..... 63

L'individu exerce son activité dans un espace de travail ..... 64

Chapitre 5 - Développer ses compétences, un voyage  
qui vous trans-forme ..... 71

De l'homme-orchestre au chef d'orchestre..... 72

Élargir ses horizons, faire le tour d'horizon des forces en jeu..... 73

De la matière à la manière ..... 78

L'espace de travail, un générateur de compétences..... 79

Du savoir-faire au faire savoir : la valorisation  
des acquis de l'expérience..... 89

Exemple : L'écoute active ..... 90

Chapitre 6 - L'archipel des compétences, une interface  
de nos talents ..... 93

Une cartographie de nos talents : « La carte n'est pas  
le territoire » ..... 94

Comment utiliser l'Archipel des Compétences ? ..... 100

## **PARTIE 3 - MÉTA-COMPÉTENCES**

### **APPRENDRE À S'ORIENTER..... 107**

Chapitre 7 - Dis-moi qui tu es, je te dirai comment tu agis .... 109

De la difficulté à trouver sa place ..... 110

Comment aider une personne à se projeter parmi plusieurs  
possibilités d'évolution ? ..... 111

Différence entre profils types et profils réels ..... 112

1 - Le Réalisateur Actif ..... 114

2 - L'Innovateur Créatif..... 117

3 - Le Leader Persuasif ..... 120

4 - L'Organisateur Rigoureux ..... 123

5 - Le Communicateur Collaboratif..... 126

6 - Le Contrôleur Meticuleux..... 129

7 - Le Visionnaire Stratège..... 132

8 - L'Animateur Dynamique..... 135

|                                                                                                   |            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 9 - L'Analyste Perspicace.....                                                                    | 138        |
| 10 - Le Médiateur Empathique.....                                                                 | 141        |
| 11 - Le Stratège Proactif .....                                                                   | 144        |
| 12 - Le Coordinateur Organisé.....                                                                | 147        |
| <b>Chapitre 8 - Habiter ses compétences sans y résider .....</b>                                  | <b>151</b> |
| Le voyage dans l'archipel des compétences est une aventure....                                    | 153        |
| La navigation et sa boussole intérieure.....                                                      | 154        |
| Comment utiliser les profils types pour réaliser son bilan<br>de compétences ? .....              | 156        |
| qualifier son profil en analysant son parcours.....                                               | 156        |
| Identifier votre projet en concrétisant vos aspirations .....                                     | 157        |
| <b>Chapitre 9 - Parle-moi de tes compétences .....</b>                                            | <b>171</b> |
| L'art de se raconter .....                                                                        | 171        |
| De la logique de position et de statut à la logique<br>de compétences et de mobilité.....         | 172        |
| ... encore faut-il savoir ordonner ses expériences (les tâches)<br>pour valoriser son profil..... | 174        |
| Comment présenter ses compétences pour valoriser son profil...                                    | 174        |
| L'introduction : poser le contexte.....                                                           | 175        |
| Le développement : les expériences « marquantes »<br>comme étapes d'un récit .....                | 175        |
| La conclusion : faites valoir vos atouts .....                                                    | 176        |
| Préparer une présentation orale captivante .....                                                  | 176        |
| Redessiner votre parcours pour (ré)inventer VOTRE vie<br>professionnelle .....                    | 177        |
| Rompre avec le descriptif classique .....                                                         | 177        |
| Donner du sens à vos choix.....                                                                   | 177        |
| Mettre en perspective vos compétences.....                                                        | 178        |
| Faire des choix assumés.....                                                                      | 178        |
| Affirmer votre singularité .....                                                                  | 178        |
| Les métaphores comme outils de storytelling .....                                                 | 179        |
| Épilogue.....                                                                                     | 183        |
| Conclusion .....                                                                                  | 187        |
| À propos de l'auteur.....                                                                         | 191        |