PREPARER VOTRE MOBILITE PROFESSIONNELLE

Sommaire

I. MIEUX VOUS CONNAITRE 3

A. CE QUE VOUS AIMEZ FAIRE 3

B. CE QUE VOUS SAVEZ FAIRE 3

C. COMPRENDRE VOS CHOIX 3

D. LE METIER DE VOS REVES 3

E. CE QUI VOUS MOTIVE 5

II. VOTRE MODE DE FONCTIONNEMENT 6

A. TRAITS DE PERSONNALITE 6

B. FACULTE D'ADAPTATION 9

III. MA SYNTHESE PERSONNELLE 10

IV. POUR ALLER PLUS LOIN 11

BILAN

leem les entreprises du médicament

opco 2i COMPÉTENCES INDUSTRIES

©2026 I Arthur Hunt Consulting pour Ma Carrière dans la Pharma

1. OBJECTIF

Faire un premier point personnel pour mieux comprendre :

- ce que vous aimez dans votre travail
- ce que vous savez faire
- ce qui vous motive

L'objectif n'est pas de retracer votre parcours ni d'identifier toutes vos compétences. Le passeport professionnel vous aide déjà à cela.
Lien vers le passeport professionnel

Ici, il s'agit plutôt de mieux vous connaître afin :

- d'éclairer vos choix futurs
- et de faire émerger de premières pistes sur ce que vous aimeriez faire dans la suite de votre parcours.

2. DEMARCHE

Cette réflexion vous invite à vous appuyer sur des situations vécues pour mieux identifier ce qui vous correspond aujourd'hui.

Elle consiste à partir de vos ressources les plus générales (formations, expériences…) pour aller progressivement vers des éléments plus personnels, liés à votre manière d'agir et de fonctionner.

L'objectif est de prendre conscience de ce que vous avez concrètement réalisé et de ce que vous savez mobiliser dans votre activité.

©2026 I Arthur Hunt Consulting pour Ma Carrière dans la Pharma

I. MIEUX VOUS CONNAITRE

A. CE QUE VOUS AIMEZ FAIRE

Pensez aux situations professionnelles que vous avez particulièrement appréciées.
Posez-vous simplement ces questions :

- Quelles activités me donnent de l'énergie ?
- Dans quels moments je me sens à l'aise ?
- Qu'est-ce que j'aime faire au quotidien ?

Essayez ensuite d'expliquer pourquoi vous avez apprécié de travailler dans certains domaines ou sur certaines missions, et quelle expérience professionnelle vous a le plus marqué, en argumentant vos choix.

B. CE QUE VOUS SAVEZ FAIRE

Sans chercher à tout lister, repérez :

- ce que vous faites facilement
- ce que l'on vous demande souvent
- ce pour quoi on vous fait confiance

L'objectif est d'identifier ce que vous mobilisez naturellement dans votre travail.

C. COMPRENDRE VOS CHOIX

En quelques lignes, essayez d'identifier ce qui a orienté vos choix de formation ou d'expériences.
Notez librement :

- ce que vous recherchiez à l'époque
- ce que vous attendiez
- ce qui comptait pour vous

L'objectif n'est pas de vous justifier, mais de mieux comprendre les intentions ou motivations qui ont guidé votre parcours.
Vous pouvez, si cela vous aide, repenser aux moments clés de décision et au contexte dans lequel vous avez fait ces choix.

D. LE METIER DE VOS REVES

1. Objectif

A partir de vos motivations, élaborer un projet.

2. Démarche

Essayez de répondre aux questions suivantes sans chercher à savoir si vous avez les compétences adéquates : laissez-vous portez par vos rêves.

©2026 I Arthur Hunt Consulting pour Ma Carrière dans la Pharma

Si l'une de ces interrogations n'évoque rien pour vous, passez à la suivante et n'hésitez pas à inverser l'ordre des questions si cela facilite votre réflexion.

- *Que rêviez-vous de faire, d'être, lorsque vous étiez enfant ou adolescent ? Répondez en faisant des phrases complètes. (exemple : « je m'imaginais en train de construire des maisons »)*

Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.

- *Actuellement quels sont vos rêves ? Qu'aimeriez-vous faire, « si tout était possible » ? Essayez d'imaginer, de décrire les images qui se forment spontanément dans votre tête.*

Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.

- *Quel est votre rêve le plus fou ? :*

Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.

- *Quel est votre rêve le plus accessible ?*

Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.

- *Citez deux ou trois personnes connues ou inconnues dont vous admirez la « réussite professionnelle », artistique ou autre, et leur activité, telle que vous l'imaginez :*

Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.

©2026 I Arthur Hunt Consulting pour Ma Carrière dans la Pharma

E. CE QUI VOUS MOTIVE

1. Objectif

Interrogez-vous sur ce qui compte pour vous aujourd'hui, sur ce qui vous donne envie de vous engager dans votre travail.

Soulignez les motivations dans lesquelles vous vous reconnaissez. Si vous avez d'autres motivations personnelles citez-les.

- L'utilité de mon travail
- Le sens de mon activité
- L'équilibre vie professionnelle / vie personnelle
- L'autonomie
- L'apprentissage continu
- Le développement de mes compétences
- La contribution à un projet collectif
- L'impact sur la société ou l'environnement
- La stabilité
- La reconnaissance
- Le travail en équipe
- La transmission
- La créativité
- L'innovation
- La qualité du travail réalisé
- L'expertise
- L'évolution professionnelle
- L'équité
- La confiance
- L'esprit de service

Autre : _____

©2026 I Arthur Hunt Consulting pour Ma Carrière dans la Pharma

II. VOTRE MODE DE FONCTIONNEMENT

L'objectif est d'identifier quels sont vos modes de fonctionnement et traits de caractère.
Pensez à la manière dont vous travaillez et appuyez-vous sur des situations concrètes.

A. TRAITS DE PERSONNALITE

Interrogez-vous sur chacun des critères suivants. Quels sont ceux qui vous définissent le mieux ? Si vous pensez correspondre au critère (à l'un ou l'autre des exemples donnés), notez « + », dans le cas contraire « - », éventuellement, en cas de doute, répondez par « ? ».

	Votre perception + ? -	Exemple
COMMUNICATION		
Ecoute Vous prenez en compte les remarques qu'on vous fait ; vous mettez vos interlocuteurs en confiance	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.
Diplomatie Vous vous liez très facilement ; cela ne vous gêne pas que vos proches ne pensent pas comme vous	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.
Persuasion Vous vous exprimez avec facilité et vous aimez convaincre ; vous savez vous mettre à la place des autres	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.

leem les entreprises du médicament
opco 2i COMPÉTENCES INDUSTRIES

©2026 I Arthur Hunt Consulting pour Ma Carrière dans la Pharma

Sens de la négociation Vous savez faire la part de l'important et de l'accessoire ; vous êtes souple et rapide d'esprit	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.
Stabilité Vous êtes d'humeur généralement égale ; vous ne vous laissez pas facilement impressionner	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.
REFLEXION/ANALYSE		
Créativité Vous êtes capable d'imaginer des solutions nouvelles et de les réaliser ; vous aimez par-dessus tout produire des résultats concrets	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.
Sens de l'anticipation Vous cherchez à devancer les événements; vous comprenez facilement les enjeux et les priorités. Vous savez prendre du recul.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.
Sens de l'à-propos Vous êtes capable d'analyser rapidement une situation. Vous vous adaptez très vite au changement ; vous aimez la nouveauté	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.
ACTION		
Pragmatisme Vous avez l'esprit pratique ; le concret vous attire plus que les idées abstraites	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.

©2026 I Arthur Hunt Consulting pour Ma Carrière dans la Pharma

Pugnacité Vous n'abandonnez pas facilement quand quelqu'un ou quelque chose vous résiste ; la difficulté vous stimule	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.
METHODE		
Rigueur Vous avez le goût des chiffres ; vous êtes méthodique dans votre réflexion	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.
Organisation Vous êtes méthodique dans votre travail ; vos affaires sont toujours en ordre	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.
Précision Vous êtes plutôt perfectionniste ; vous aimez maîtriser l'ensemble d'un processus	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.
Autres :	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.
	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.
	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.

©2026 I Arthur Hunt Consulting pour Ma Carrière dans la Pharma

B. FACULTE D'ADAPTATION

1. Objectif

Mettre en évidence votre potentiel d'évolution

2. Démarche

Il existe trois grands types d'adaptation :

- l'adaptation intellectuelle (faculté d'apprendre)
- l'adaptation pragmatique (faculté de s'adapter aux situations, de tirer la leçon de ses échecs ou de ses réussites)
- l'adaptation relationnelle.

Montrez à partir d'exemples précis issus d'un contexte personnel et/ou professionnel, que vous avez des facilités particulières d'adaptation sur les plans intellectuel, relationnel, pragmatique.

En complément de cette réflexion, vous pouvez passer gratuitement un inventaire de personnalité en ligne : https://www.16personalities.com/fr
Ce test donne accès à un compte rendu immédiat.

Attention :
Ce type d'outil repose sur votre propre perception.
Les résultats doivent être interprétés avec prudence et ne doivent pas constituer la seule base de votre réflexion.

©2026 I Arthur Hunt Consulting pour Ma Carrière dans la Pharma

III. MA SYNTHESE PERSONNELLE

Ce tableau vous permet de synthétiser vos principaux repères pour évoluer. Complétez chaque rubrique en y notant les éléments qui vous correspondent le mieux.

Ce que j'aime Activités, contextes ou situations qui me donnent de l'énergie	**Ce que je sais faire** Actes et capacités que je maîtrise et que je mobilise naturellement
Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.
Mode de fonctionnement Comment j'agis dans le travail	**Ce qui me motive** Ce qui est important pour moi dans le travail
Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.

©2026 I Arthur Hunt Consulting pour Ma Carrière dans la Pharma

IV. POUR ALLER PLUS LOIN

Après cette phase de réflexion personnelle, vous pouvez, si vous le souhaitez, échanger avec un professionnel afin d'approfondir votre réflexion.

Concrètement, vous pouvez :
- contacter votre service Ressources Humaines
- solliciter un Conseil en Évolution Professionnelle (CEP)

Le CEP est un service public gratuit qui permet d'être accompagné dans la construction de votre projet.
Lien vers votre fiche « Le conseil en évolution professionnel »

Trouver votre interlocuteur CEP : https://mon-cep.org

Cet échange peut vous aider à :

- clarifier vos envies d'évolution
- approfondir vos motivations
- envisager différentes pistes professionnelles
- identifier des options possibles (évolution, mobilité, changement de métier…)

©2026 I Arthur Hunt Consulting pour Ma Carrière dans la Pharma