

QUESTIONNAIRE DE RÉFLEXION

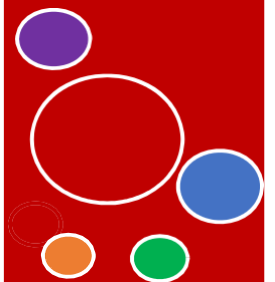
**A COMPLÉTER AVANT VOTRE PREMIÈRE RENCONTRE DE
COACHING EN COLLABORATION AVEC VOTRE
RESPONSABLE**

**ENVOYER VOTRE FORMULAIRE REMPLI À
L'ADRESSE COURRIEL SUIVANTE:**

consultation@brunoouellette.ca

Préparé par
Bruno Ouellette
consultation@brunoouellette.ca
UN POURCENT CONSULTATION INC.
514-577-1464
Avril 2020

Coaching



RÉFLEXION PERSONNELLE

Lire les questions suivantes et prendre le temps de bien écrire vos réflexions concernant votre développement et votre avenir.

1. Quelles sont vos aspirations en ce qui concerne votre travail ?

--

2. Quels sont vos objectifs prioritaires (12 prochains mois) liés à votre poste actuel ?

--

3. Quelles sont vos priorités de développement professionnel ?

90 jours

1 an

3-5 ans

4. Identifiez les personnes sur lesquelles vous pouvez compter pour vous accompagner dans votre démarche de développement

Nom	En lien avec quelle compétence ?

RÉFLEXION PERSONNELLE (SUITE)

5. Identifiez deux forces et deux lacunes qui ont un impact sur votre vie professionnelle

Force 1 :

Force 2 :

Lacune 1 :

Lacune 2 :

Autre :

6. Comment pouvez-vous optimiser l'utilisation de vos forces au travail ?

7. Comment pouvez-vous minimiser certaines de vos lacunes au travail ?

8. Quels sont les obstacles auxquels vous prévoyez faire face ? Quelles pourraient être des solutions ?

RÉFLEXION PERSONNELLE (SUITE)

9. Pointer la destination

Imaginez qu'à la fin de votre prochaine année, tout s'est déroulé pour le mieux. Vous avez persévéré et atteint vos objectifs liés à la santé, au bien-être et au travail. Pensez à la meilleure vie possible et écrivez une description de ce que vous avez imaginé. Soyez précis.

10. Qu'avez-vous besoin pour réussir ? Réfléchir à votre développement et à votre avenir.

RÉFLEXION PERSONNELLE (SUITE)

11. Quelles sont vos attentes concernant cette initiative de développement ?

12. Commentaires, suggestions, etc.