

**PROGRAMME** De l'importance de bien construire son avenir professionnel

# Bâtir son projet

**LE FIGARO**

Albert Zennou

Le meilleur moyen de réaliser ses rêves... c'est d'en avoir. Et ensuite de tout mettre en œuvre pour qu'ils se réalisent. Pour y parvenir, rien de plus efficace que de bâtir son projet professionnel. C'est en partant de ce principe, que Dan Sprinceana et Stéphane Ilitch, à la tête de l'Ifep (Institut français d'enseignement programmé), basé à Boulogne, ont mis au point un outil d'aide et d'autoformation pour tous ceux qui veulent trouver ou retrouver un emploi.

« *Bâtir un projet professionnel gagnant* », c'est son titre, se veut en fait un programme d'entraînement personnel. A l'aide de cahiers et de cassettes d'accompagnement, il est possible de mener à bien une réflexion profonde sur ce que chacun est véritablement et s'obliger à tout faire pour réussir dans la voie choisie. Significatif, le sous-titre de cet ou-



**Dan Sprinceana, l'un des créateurs d'un programme d'autoformation pour trouver un emploi.**

(Photo S. Soriano/Le Figaro.)

vrage renvoie à la démarche générale : « *L'habitude de la réussite s'apprend* », « *Notre ouvrage a été conçu pour être utilisé en autoformation. Il s'agit de rendre les personnes*

*responsables et autonomes. Il est destiné à ceux qui veulent réfléchir sérieusement à leur projet professionnel et les aider à trouver une place dans l'entreprise. Il n'est pas destiné uniquement aux demandeurs d'emploi, mais plus généralement à tous ceux qui veulent un emploi* », explique Dan Sprinceana.

« Bâtir son projet » se veut un programme dont la définition est « *une suite d'actions que l'on se propose d'accomplir pour arriver à un résultat* ». L'outil repose sur une méthode interactive construite sur trois éléments articulés entre eux : des textes qui conduisent le travail de chaque lecteur, des cassettes qui permettent de bien intégrer les différentes problématiques et enfin des cahiers d'exercices pour donner des habitudes de travail et parfaire les dispositions mentales.

Les auteurs mêlent tout à la fois des éléments de psychologie, des conseils utiles sur la gestion de sa carrière et des ré-

flexions sur la vie en général. « *Il est important de travailler sur les valeurs, les croyances et les sentiments*, confirme Dan Sprinceana. *Notre approche existe depuis dix ans. Nous l'avons testé sur des centaines de participants à nos sessions de formation. Avant, on apprenait aux demandeurs d'emploi les techniques de recherche d'emploi : savoir établir un CV ou répondre à des questions pendant un entretien. Mais le problème du statut avec perte de motivation et de repère était assez peu souvent évoqué. Or il est important de travailler sur la structuration de soi, sur ce qu'on a envie de faire de soi. Pour trouver des solutions à ses problèmes, il faut avoir un moral tendu vers la recherche de solutions.* »

Le programme s'ouvre sur une question centrale qui doit occuper toute la première semaine : « *Comment mettre en route la machine à réussir* ». Chaque participant est censé rester une semaine sur chaque

chapitre. Une liste de tâche à accomplir est donnée, car rien ne vaut l'entraînement pour prendre de bonnes habitudes. Un contrôle doit même être effectué à la fin de chaque semaine pour savoir si chacun a réalisé ce qu'il avait à faire.

Le second chapitre est intitulé « *Votre potentiel de réussite dans chaque domaine de la vie* », où il s'agit de positiver et de retrouver une estime de soi. C'est ensuite au tour du « *pouvoir de dire non et de la force du désir* », « *puissance de la créativité* », où il faut apprendre à voir grand et à faire preuve d'imagination.

Dans le chapitre 5, il s'agit de faire « *face au changement* » puis la semaine suivante de s'interroger sur « *Les valeurs et les priorités personnelles* ». Le programme se termine sur un chapitre qui se veut prédictif : « *Le réalisateur autonome et responsable* », celui qui est organisé, qui planifie, qui est clair, et qui sait constamment trouver des solutions. ■