



# **6 étapes pour reprendre le pouvoir sur ta carrière**

---

par N'Geur SARR

# Bienvenue!



Hello,

Je m'appelle N'Geur Sarr. Après 10 ans en entreprise dont 7 à l'international à lancer et développer des business pour un groupe média dans +10 pays africains, j'ai connu une traversée du désert qui a remis en question toutes mes certitudes sur la notion de réussite.

J'ai donc décidé d'aller à la rencontre de personnes inspirantes aux profils et horizons divers à travers mon podcast Gatemeri pour qu'elles me donnent leur propre définition de la réussite.

Dans ce guide je te partage tous les apprentissages qui m'ont permis de passer du développement business au développement humain et ainsi reprendre le pouvoir sur ma carrière!

Si tu as téléchargé ce e-book c'est que tu te poses des questions et je vais te guider pas à pas avec des exercices concrets pour cheminer sereinement vers ton prochain pas professionnel !

Tu es prêt.e? C'est parti !

# 1

## Multiplie tes options



Quand tu reste trop longtemps dans un job qui ne te fait plus vibrer, tu as du mal à prendre conscience de ta valeur et des opportunités qui s'offrent à toi.

Tu dois avoir une vision claire de tes envies, tes compétences et tes expériences afin de te créer une liste d'option de carrière.



*"Quand on sait ce que l'on ne veut plus, c'est déjà énorme"*

Clémentine Sarlat,  
Episode 24 du Podcast Gatemeri



# 1

# CAS PRATIQUE



Dresse une première liste des choses ou domaines qui t'intéressent sans te censurer.

Cette liste n'est rien que pour toi, elle t'aidera à mettre sur papier ce qui te passionne

•

---

•

---

•

---

•

---

•

---

*"Ne jouez pas le jeu des autres, jouez le vôtre car vous avez des atouts qui vous sont propres"*

-Cyrille Nkontchou,  
Episode 12 du Podcast Gatemeri



## 1

## CAS PRATIQUE

Ensuite, dresse une deuxième liste, en y incluant tes points forts. Si tu doutes de tes points forts, demande l'avis d'un proche, c'est parfois plus simple.

•

•

•

•

•

•

•

•

## 1

## CAS PRATIQUE

Une fois vos deux listes établies, croisez-les.  
Qu'aimes-tu faire et quelles sont les choses  
que tu fais bien ?

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____



*"Faites vous plaisir parce que la vie peut  
s'arrêter du jour au lendemain"*

-Adrien Rivierre,  
Episode 5 du Podcast Gatemeri

## 1

## CAS PRATIQUE

Dans une troisième liste, classez vos options et prioritisez-les par ordre d'importance.

Par exemple, si ton manager loue tes compétences en finance mais que tu as fais ce choix par défaut, alors l'option finance devrait figurer plus bas sur la liste.

1

2

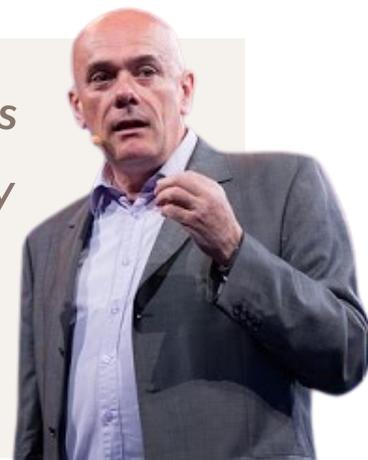
3

4

5

*“A un moment donné quand on sait qu'on est pas au bon endroit il ne faut jamais rester, quand il y a un doute il n'y a pas de doute”*

-Philippe Gabilliet,  
Episode 1 du Podcast Gatemeri



## 2

## Définis tes points non-négociables

Avant de changer de carrière, tu dois prendre de la hauteur indépendamment du poste que tu vises

Définir ta stratégie de vie est très important car elle te permettra de gagner du temps et te concentrer uniquement sur les opportunités qui servent cette vision.

Cette étape est souvent la plus négligée alors qu'elle est essentielle



*“La réussite pour moi c’est d’être alignée par rapport à moi-même parce que le plus grand défi sur terre est de se parler vrai à soi même et de dépasser ses difficultés intérieures”*

–Lahou Keita,  
Episode 6 du Podcast Gatemeri

# 2

# CAS PRATIQUE



Equilibre vie pro/perso : combien de temps veux-tu consacrer à ton travail par semaine ?

---

---

Rémunération : combien d'argent veux-tu gagner par mois avec cette nouvelle activité ?

---

---

Environnement : veux-tu diriger d'autres personnes ou avoir un degré élevé d'autonomie ?

---

---

Lieu : serais-tu prêt.e à déménager pour changer de job ?

---

---



# 3

# CAS PRATIQUE



Est-ce un métier qui peut s'exercer en télétravail, en hybride ou en full présentiel ?

---

---

Quelles sont les compétences requises ? Est-ce que je les possède, ou serais-je prêt à les apprendre ?

---

---

Quel est le salaire des postes dans ce domaine ? L'échelle des salaires est-elle très élevée ou bien répartie de façon égale ?

---

---

À quoi ressemble la croissance de l'emploi dans ce secteur ? S'agit-il de contrats CDI ou freelance ?

---

---

Y a-t-il des possibilités dans ce domaine dans ma région ?

---

---

## 4

## Confronte-to à la réalité

Quelle est la meilleure façon de connaître le quotidien des métiers qui vous intéresse ? En développant votre réseau et en échangeant avec des professionnels du secteur.

Où trouver ces personnes ? Parcourez vos réseaux sociaux, en particulier LinkedIn, ou inscrivez-vous à des événements et conférences dans le domaine.

Aussi précieux que puisse être le réseautage, vous devez avoir un aperçu direct du travail via un « stage d'observation aussi appelé « shadowing ».

Si votre expérience d'observation vous a donné envie de revenir, vous avez peut-être trouvé une piste à explorer !

*“Donner tout ce qu'on a à donner mais accepter que le prix à payer est peut être qu'on ne réussisse pas. L'échec fait partie de la vie et construit une personne”*

-Alexandra Recchia,  
Episode 7 du Podcast Gatemeri



## 5

## Faites-vous connaître

Si votre projet professionnel est dans un domaine dans lequel vous avez peu d'expérience, vous devriez miser sur votre marque personnelle pour montrer votre appétence pour le métier visé. Il faut être réaliste : au début, vous allez recevoir beaucoup de refus

Le réseau est un bon moyen pour vous faire connaître mais il existe d'autres options : créez, par exemple, un site web et publiez-y votre portfolio ou encore décrivez l'emploi de vos rêves sur les réseaux sociaux.

Plus vous serez exposé, plus les gens seront intéressés par ce que vous avez à offrir. Mettez-vous en avant et vous pourrez trouver une belle opportunité.



*" Dans la perfection il y a une idée qu'il faut monter l'échelle, parfaire couche après couche alors que croître et grandir c'est te dénuder, enlever les couches et les pierres. C'est un mouvement perpétuel "*

-Mai Hua,  
Episode 15 du Podcast Gatemeri

## 6

## Développez votre âme d'explorateur

On ne trouve pas sa voie par hasard, elle se construit et se développe au fil du temps.

Le monde du travail est en perpétuelle mutation, nous devons donc cultiver notre âme d'explorateur pour y naviguer sereinement. Un explorateur définit sa direction grâce à sa boussole mais n'en maîtrise pas le chemin. Il peut être confronté à de nombreux obstacles mais c'est sa patience et sa persévérance qui le feront avancer

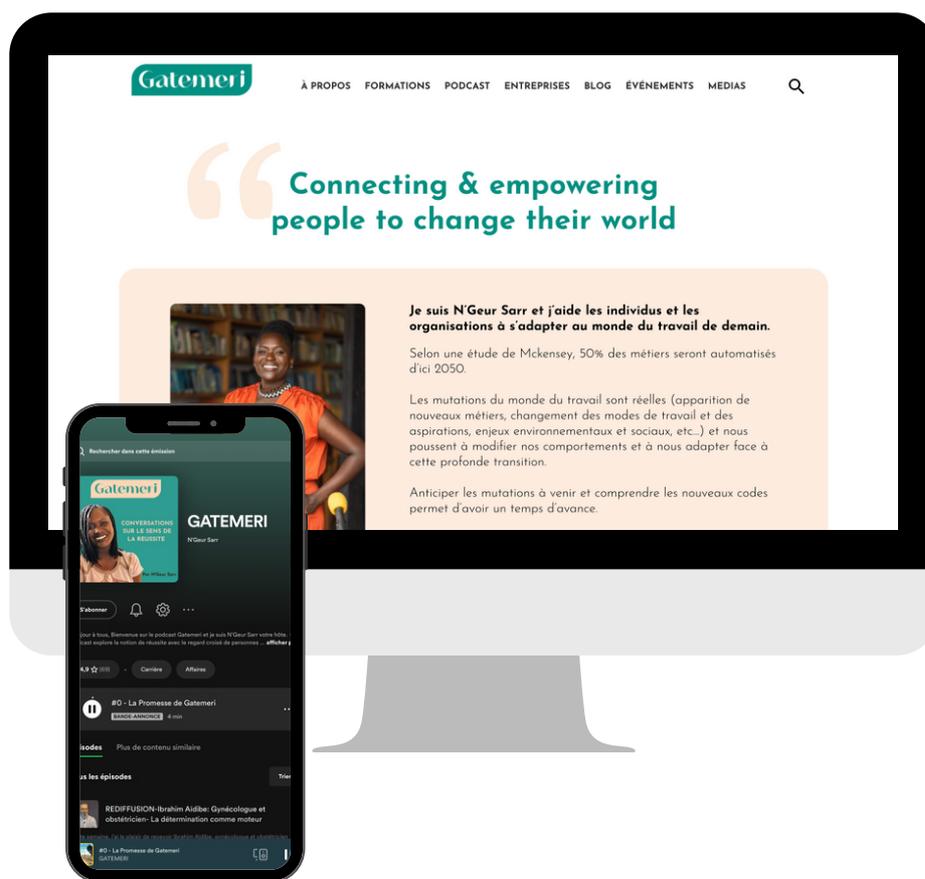
Pour la carrière, c'est la même chose. On peut définir notre stratégie de vie, la vision de notre carrière dans quelques années avec des critères précis mais nous n'aurons pas tout, tout de suite.

Parfois, ce sont des expériences annexes, comme une mission entrepreneuriale au sein de votre entreprise, qui vous donneront la confiance de vous lancer en tant qu'entrepreneur.

*" Trouver le métier qui fait sens pour nous est une rencontre dans la vie et ce métier ne laissera jamais tomber la personne qui sait l'accueillir "*

-Aubierge Perrin,  
Episode 40 du Podcast Gatemeri





# Bravo!



Tu as maintenant des billes pour  
naviguer sereinement vers ton prochain  
pas professionnel

Bonne exploration et à très vite,

Sur [Le podcast](#) ou sur [Linkedin](#)

**Gatemer**