

LE MANUEL DES ENTRETIENS DE MOTIVATION

2023
4^e édition



- ✓ Écoles de **COMMERCE** et de **MANAGEMENT**
- ✓ 9 plannings de préparation
- ✓ 100 fiches de préparation
- ✓ Les 100 questions les plus fréquentes

J. PINTO & A. SÉVIGNÉ

LA RÉFÉRENCE AST
Bac +2 à Bac +5



PARTIE 5

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL : *BIEN SE CONNAÎTRE & TROUVER SA VOIE*



Pour aller plus loin dans votre **préparation aux entretiens**,
rendez-vous sur www.monsieur-entretiens-de-motivation.com



Pour plus d'informations sur les **écoles** et les **concours**,
rendez-vous sur www.monsieur-ecoles-de-commerce.com

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

« *Gnothi Seauton* » en grec signifie « *Connais-toi toi-même* ». Cette formule, devise de Socrate, est inscrite sur le fronton du temple de Delphes (Grèce).

2500 ans plus tard et dans le cadre de votre entretien de motivation, nous vous recommandons d'effectuer **un travail de connaissance de vous-même / d'introspection** afin de bien **définir vos priorités dans la vie** (personnelle et professionnelle). Cela vous permettra d'élaborer **un projet professionnel cohérent** et de bien **mettre en avant vos qualités humaines**.

5 MÉTHODES / TESTS POUR BIEN SE CONNAÎTRE !

Pour vous aider à mieux vous connaître, nous avons développé dans les fiches suivantes **les meilleures méthodes de développement personnel** (utilisées par les meilleurs consultants et les références dans ce domaine) :

1. La méthode **IKIGAI** (issue du Japon).
2. Le « **questionnaire de Proust** » (issu du Royaume-Uni).
3. Le « **portrait chinois** ».
4. Le **test MBTI** (issu des États-Unis).
5. Le **test de motivation PRISM**.

Ce travail d'introspection **prend du temps** (plusieurs heures, voire plusieurs jours) mais cela sera très bénéfique pour vous et pour votre préparation à vos entretiens de motivation.

POUR ALLER PLUS LOIN ENCORE... (OPTIONNEL)

Les **5 méthodes de développement personnel / d'introspection, de tests de personnalité / psychologique** listées ci-dessus et développées dans les fiches suivantes sont **les plus connues**.

Toutefois, vous avez d'autres méthodes / tests si vous souhaitez approfondir le sujet : NEO PI-R (Editions Hogrefe), CTPI-Pro (Central Test Personality Inventory for Professionals), PAPI (Cubiks), PSV20 (AssessFirst), etc.

Trouver votre voie : La méthode IKIGAI

26

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

Avant même de réfléchir à un projet professionnel de manière concrète, nous vous recommandons d'appliquer la **méthode IKIGAI** en **4 étapes**.

QU'EST-CE QUE LA MÉTHODE IKIGAI ?

Le secret japonais pour une vie longue et heureuse se nomme « **IKIGAI** ». « Ikigai » est une réunion de « Iki » (« être en vie ») et « Gaï » (« ce qui a de la valeur et vaut la peine »).

Cette méthode japonaise vous aide à trouver votre « **raison d'être** » et votre « **joie de vivre** », c'est-à-dire ce qui va vous motiver à **vous lever chaque matin avec plaisir pour aller au travail !** Cette méthode est très utilisée pour le **développement personnel**.

Dans le domaine professionnel, l'IKIGAI revient à trouver le « **job idéal** », c'est-à-dire « **épanouissant** » et qui « **a un sens** ».

TROUVER SON IKIGAI EN 4 ÉTAPES

Pour trouver son IKIGAI, vous devez **vous poser 4 grandes questions**. **Votre IKIGAI est au croisement de vos 4 réponses**. Une part d'**introspection** est nécessaire pour répondre à ces questions. Il est **très important de bien se connaître**. **Prenez un certain temps** (plusieurs heures ou plusieurs jours) pour répondre à ces questions.

QUESTION N° 1 : QU'AIMEZ-VOUS DANS LA VIE ?

Listez toutes les **actions quotidiennes / activités régulières / expériences** qui vous procurent / vous ont procuré un **plaisir / de la joie**. Demandez-vous : « Quelles activités j'aimerais faire mais que je ne fais pas / que je n'ose pas faire ? ». En somme, qu'est-ce qui vous « **booste** » **naturellement** ? Pour quelle(s) activité(s) / expériences ne voyez-vous pas / n'avez-vous pas vu le temps passer ? **Soyez no limit dans votre liste !**

Votre réponse

.....

.....

.....

.....

.....

.....

73

QUESTION N° 2 : DANS QUEL(S) DOMAINE(S) ÊTES-VOUS DOUÉ(E) ?

Dans quel(s) domaine(s) estimez-vous être **talentueux** ? **Quand** et **pourquoi** vos **ami(e)s** / **membres de famille** / **professeurs** / **collègues de travail** vous ont **complimenté**, **félicité** ou **remercié** ? Que faites-vous **facilement** ?

Cela peut-être des **compétences professionnelles** (organisation, planification, analyse, etc.) ou des **qualités humaines** (à l'écoute, bienveillant, empathique, sociable, généreux, etc.).

Votre réponse

.....

.....

.....

.....

.....

QUESTION N° 3 : QU'EST-CE QUI VOUS PERMET DE TOUCHER UN REVENU ?

Quelles sont les missions pour lesquelles vous pensez être **en mesure de gagner de l'argent** / **être payé par un particulier** / **un client** / **une entreprise** ?

Quelles sont vos **compétences professionnelles** ? Dans quel(s) domaine(s) pensez-vous pouvoir toucher une rémunération sur le marché du travail ?

Votre réponse

.....

.....

.....

.....

.....

QUESTION N° 4 : DE QUOI LE MONDE A-T-IL BESOIN ?

Avoir des qualités et des compétences est utile si cela est **relié aux besoins** et **aux attentes du monde qui nous entoure**. Ainsi, demandez-vous : « En quoi puis-je être utile ? », « Quelles sont les compétences recherchées sur le marché du travail ? », « Quelles sont les attentes des populations pour les décennies à venir ? », « Quels sont les grands enjeux (économiques, sociaux, environnementaux) pour les années et décennies à venir ? », « Est-ce qu'il y a des causes que vous voulez défendre ? ».

Votre réponse

.....

.....

.....

.....

.....

VOTRE IKIGAI

L'intersection de vos 4 réponses constitue votre **IKIGAI**, comme représenté dans le schéma ci-dessous.



POUR ALLER PLUS LOIN

Si vous souhaitez davantage vous informer sur la **méthode IKIGAI**, nous vous recommandons les ouvrages suivants :

- *La méthode Ikigai* de Héctor Garcia et Francesc Miralles.
- *Trouver son Ikigai* de Christie Vanbremeersch.
- *Le petit livre de l'ikigai : la méthode japonaise pour trouver un sens à sa vie* de Ken Mogi.



Pour aller plus loin dans votre **préparation aux entretiens**, rendez-vous sur www.monsieur-entretiens-de-motivation.com



Pour plus d'informations sur les **écoles et les concours**, rendez-vous sur www.monsieur-ecoles-de-commerce.com

Votre questionnaire de PROUST

27

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

Il est très classique en entretien d'avoir des questions issues du « questionnaire de Proust », devenu célèbre par les réponses apportées par l'écrivain Marcel Proust (1871-1922). Marcel Proust a rempli à plusieurs reprises ce questionnaire au cours de sa vie, ce qui montre son évolution de pensée et de personnalité.

Ainsi, nous vous recommandons de remplir le tableau ci-dessous. **Chaque réponse** doit être reliée à une de vos passions / centres d'intérêts / expériences / qualités / compétences / projets.

| Question | Votre réponse |
|---|---------------|
| Votre vertu préférée. | |
| La qualité que vous préférez chez un homme / une femme. | |
| Votre principal trait de caractère. | |
| Ce que vous appréciez le plus chez vos ami(e)s. | |
| Votre principal défaut. | |
| Votre occupation préférée. | |
| Votre rêve de bonheur. | |
| Quel serait votre plus grand malheur ? | |
| Ce que vous voudriez être. | |

| Question | Votre réponse |
|---|---------------|
| Le pays où vous désirez vivre. | |
| La couleur que vous préférez. | |
| La fleur que vous aimez. | |
| L'oiseau que vous préférez. | |
| Vos auteurs favoris. | |
| Vos héros préférés. | |
| Vos compositeurs préférés. | |
| Vos peintres favoris. | |
| Ce que vous détestez par-dessus tout. | |
| Comment aimeriez-vous mourir ? | |
| Les erreurs / fautes qui vous inspirent le plus d'indulgence. | |
| Votre devise favorite. | |



Pour aller plus loin dans votre **préparation aux entretiens**, rendez-vous sur www.monsieur-entretiens-de-motivation.com



Pour plus d'informations sur les **écoles** et les **concours**, rendez-vous sur www.monsieur-ecoles-de-commerce.com