

FRANÇOIS-XAVIER DEMAISON, TRADER DEVENU COMÉDIEN

De la finance à la comédie, la volte-face a été radicale. Exilé à New York, François-Xavier Demaison ne voulait qu'à une chose : monter sur scène. L'ère déclinante qui lui paraissait inéluctable s'achève car il s'assoit de la fenêtre de son loft à New York, le 11 septembre 2001. L'attentat contre les Twin Towers, le 11 septembre 2001, l'a fait réfléchir et le pousse à suivre la sienne. Il revient en France et joue sur scène au Théâtre de l'Opéra de Paris. Un succès qui tient, selon lui, plus de sa capacité à prendre les devants pour régler ses problèmes matériels.

BILAN

FAIRE LA LISTE DE SES ENVIES

Votre boulot vous ennue ? Votre carrière stagne ? Le moment est peut-être venu d'exercer un autre métier. Un virage qui exige d'être bien au clair avec ses désirs.

PAR CÉLINE DEVAL

En 2011, Luc Vialar fait un pari fou : quitter son poste d'ingénieur chez SFR pour ouvrir une boutique de meubles à Toulouse. «Le cap de la quarantaine franchi, cette envie devenait de plus en plus forte. Alors, quand SFR a créé une cellule pour favoriser l'entrepreneuriat, je me suis dit que

c'était maintenant ou jamais.» Il passe les mois suivants à peaufiner son projet : rencontres avec des professionnels du secteur, étude de marché... «Plus j'avancais, plus j'étais sûr d'avoir trouvé ma voie», se souvient-il.

Sauter le pas comme Luc, changer de métier, c'est une envie qui taraude souvent les cadres lorsque, après avoir grimpé dans la hiérarchie, ils

commencent à stagner. Mais pour que ce changement se concrétise, encore faut-il savoir ce que l'on veut vraiment et quel chemin prendre.

PENSER APPÉTENCES ET NON COMPÉTENCES

Pour faire le point, Luc Vialar a d'abord réalisé un bilan de compétences. «C'est un premier pas, mais il ne faut pas s'arrêter là», observe Sylvaine Pascual, fondatrice d'Ithaque coaching. Au lieu de raisonner en termes de savoir-faire – compétences –, pensez «aimer-faire» – appétences. Maud Simon, psychologue et coach, conseille de lister les moments où l'on s'est senti épanoui, en

phase avec soi-même, puis de chercher les dénominateurs communs à ces instants : «Dans votre métier comme dans le privé, demandez-vous quelles sont les démarches que vous accomplissez sans effort – aider les autres, analyser, manager... –, sur quels sujets vous pouvez parler pendant des heures ou dans quels domaines vous recherchez spontanément des infos sur le Net.» Profitez-en aussi, a contrario, pour identifier ce que vous ne voulez plus vous imposer : trop d'administratif (au détriment du terrain), horaires de dingue...

Cette introspection ne doit pas se limiter au présent. «Votre situation actuelle...»

PHOTO : PHILIPPE QUARRE / FRACIS

J'AI TESTÉ LE MÉTIER AVANT DE PLONGER.

A 50 ans, confronté à un plan de restructuration dans mon entreprise, j'ai pensé devenir photographe. Mais pour être certain que la photo, qui était un hobby, me plairait en tant que métier, j'ai voulu passer plusieurs jours aux côtés d'un professionnel. Personne dans mon entourage n'était photographe. Je suis donc passé par une agence d'immersion, Viamétiers, qui m'a mis en relation avec un professionnel. Pendant trois jours, j'ai pu exercer cette activité dans des conditions réelles et me confronter à des questions d'ordre pratique: paperasse, démarchage et relance des clients... J'ai aussi appris à monter une exposition et à utiliser du matériel dont je ne m'étais jamais servi. Pour rompre l'isolement, lui travaillait dans un bureau partagé. Je n'y avais pas pensé. Aujourd'hui encore, nous restons en contact.» ●



BRUNO BEUCHER,
CHEF DE PRODUIT CHEZ 3M
DEVENU PHOTOGRAPHE

... est le reflet de vos choix antérieurs, c'est pourquoi il faut aussi explorer le passé», observe Gérard Rodach, dirigeant de Dalett (conseil) et coauteur de *Faire rebondir votre carrière* (ESF). Comment en êtes-vous arrivé là? Quelles erreurs ne voulez-vous pas reproduire? Enfin, imaginez-vous dans deux, cinq, dix ans: de quoi vivez-vous? A quoi ressemblent vos journées? Qu'avez-vous réalisé? Un exercice idéal pour vous mettre sur la voie.

FAIRE CORRESPONDRE ENVIES ET BESOINS

Vous en savez un peu plus? A ce stade, pas d'emballement. «Il faut d'abord voir si l'objectif que vous visez est compatible avec vos besoins, avertit le consultant Stéphane Dieutre. Réfléchissez à ce qui est important pour vous, à ce qui ne l'est pas, à ce qui est source d'équilibre ou au contraire de malaise.» Et cela sur le plan physique (difficulté à travailler de nuit, rythme trop sou-

de blocage, essayez de trouver des arrangements. Comme l'a fait cette commerciale qui souhaitait créer son entreprise mais avait une peur panique de l'insécurité que cela impliquait. Elle a mis au point un montage financier qui lui permet, en cas d'échec, de ne pas y laisser trop de plumes. Si les obstacles sont trop difficiles à surmonter, ayez le courage de renoncer. Sylvie a ainsi abandonné sa première idée de reconversion, qui était de devenir professeur d'économie: «J'ai réalisé que c'était incompatible avec mes exigences financières. J'étudie donc d'autres pistes.»

CONFRONTER SON PROJET À LA RÉALITÉ

Dans ce travail d'exploration, le soutien d'un tiers peut se révéler précieux. «En jouant les contradicteurs, il vous aidera à prendre du recul, à repérer les failles de votre projet, indique la coach Maud Simon. Mieux vaut ne pas faire endosser ce rôle à un proche ou à un

de notaire reconvertie dans la décoration d'intérieur, savait que percer dans son nouveau métier prendrait du temps. Elle a donc modifié son projet: «Avec ma fille à élever, je ne pouvais pas tout plaquer du jour au lendemain. Je fais encore de temps à autre des missions d'intérim en notariat.»

Enfin, il faut prendre en compte la réalité du job tant que tel: Sophie Lemille a mené une enquête minutieuse auprès d'architectes et de décorateurs. Frottez-vous aussi au terrain. Le métier que vous visez existe dans votre entreprise? Demandez à votre DRH de faire un essai, sur le modèle des *reversal days*, pratiqués par certaines entreprises, où des salariés échangent leurs postes le temps d'une journée. Des agences spécialisées (Viamétiers, Jobsenboite...) permettent également de tester (moyennant une participation financière) une foule de métiers dans de nombreux secteurs: design, multimédia, spectacle, santé... «L'objectif

PARFOIS, CE N'EST PAS DE MÉTIER QU'IL FAUT CHANGER MAIS JUSTE D'EMPLOYEUR...

tenu...) comme sur le plan mental (valeurs qui vous tiennent à cœur, besoin de stabilité...). Souhaitant se reconvertir, Sylvie, cadre marketing dans l'industrie, a méthodiquement listé ses besoins: un salaire minimum de 70 000 euros par an, suffisamment de temps libre pour maintenir ses trois séances de sport hebdomadaires et ses huit heures de sommeil... «Si ces conditions ne sont pas respectées, assure-t-elle, je ne pourrai pas m'épanouir dans mon job.»

A partir de ce constat, voyez comment concilier vos besoins avec vos envies. En cas

collègue qui risquerait, par peur ou par jalousie, de vous saper le moral. Préférez quelqu'un de votre second cercle d'amis ou un membre d'un réseau professionnel.»

Autre moyen de vous confronter à la réalité: l'étude de marché. «Mais attention, ne soulevez pas trop tôt la question des débouchés, prévient Stéphane Dieutre, car elle peut décourager d'entrée de jeu. En effet, elle ne doit pas constituer un frein: si le marché visé est saturé mais que vous avez une valeur ajoutée, une expertise rare, vous réussirez.» Sophie Lemille, ancien clerk

est de vivre concrètement le job, d'en découvrir les rudiments», explique Loïc Michel, cofondateur de Jobsenboite. «Six mois après cette expérience, 70% des stagiaires ont changé de métier ou entamé une formation en vue d'une reconversion», assure Marc Gesbert, PDG de Viamétiers. Et quid des 30% restants? Ils ont réalisé qu'ils s'étaient trompés ou n'ont pas eu la force de concrétiser leur projet. «Le besoin de changement n'était peut-être pas assez fort», analyse Sylvaine Pascual. Pour Ricardo Croati, dirigeant de France Training, un salarié qui

répète qu'il souhaite faire autre chose mais ne sait pas quoi et qui, des mois plus tard, s'est pas plus avancé doit se poser la question : veut-il vraiment changer de métier ? « Beaucoup pensent ne plus aimer ce qu'ils font, alors qu'ils ont juste un problème avec leur environnement de travail : temps de transport, manque de défis... Ce dont ils ont besoin, c'est de changer d'employeur, pas de jobs. » Comme ce chef d'un palace parisien, épuisé par des années de service, prêt à tout plaquer : il s'est rendu compte que la restauration restait sa passion mais qu'il voulait l'exercer autrement. Il a donc opté pour un restaurant plus intimiste à Londres. Parfois, un « petit » changement suffit à voir la vie autrement. ●

SAUTEZ LE PAS GRÂCE À LA MÉTHODE NEWS

Néel et Gérard Rodich, coach et auteur de « Donner du sens à votre vie avec la méthode NEWS » (ESF).

Créée au début des années 2000 par le coach israélien Aviad Goz, la méthode N.E.W.S. a pour objectif d'identifier ce qui, à un moment donné, fait blocage, que ce soit à l'échelle d'un individu ou d'une équipe. L'Oréal, McDonald's, Intel, British Airways... Plus de 1500 entreprises l'ont déjà expérimentée. Son originalité ? Elle s'appuie sur les quatre points cardinaux, qui représentent chacun un niveau de réflexion. En guise d'exemple, le cas de Stéphane, directeur commercial dans le prêt-à-porter, qui vient d'être licencié et se demande comment rebondir.

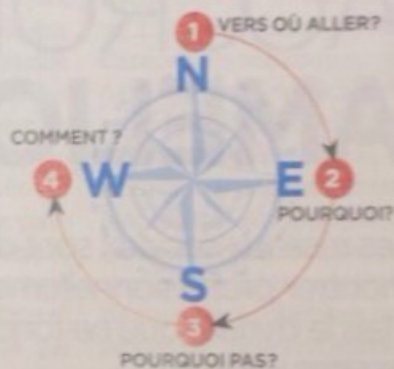
PREMIÈRE ÉTAPE, LE NORD : FAIRE LE POINT.

Stéphane a travaillé dans l'immobilier et le prêt-à-porter. Dans quel secteur a-t-il envie d'œuvrer aujourd'hui ?

DEUXIÈME ÉTAPE, L'EST : CLARIFIER SES OBJECTIFS. A terme, il aimerait être patron de sa propre entreprise.

TROISIÈME ÉTAPE, LE SUD : IDENTIFIER LES DIFFICULTÉS. Autodidacte, Stéphane craint que son manque de diplômes ne le freine.

DERNIÈRE ÉTAPE, L'OUEST : ÉTABLIR UN PLAN D'ACTION. Stéphane est retourné dans l'immobilier mais



il s'est lancé, en parallèle, dans une VAE (validation des acquis de l'expérience), passage obligé pour obtenir une licence professionnelle qui lui permettra de se mettre à son compte.

La technique mise au point par le coach Aviad Goz a été expérimentée par de grandes entreprises.