



Prisma Vision
RÉVÉLER VOTRE VÉRITÉ

Ta CHECKLIST pour
clarifier ton projet pro

1. Clarifier où tu en es aujourd'hui

- Ce que tu vis :

Qu'est-ce qui ne fonctionne plus dans ton travail actuel ?

Qu'est-ce qui te fatigue, te pèse, te vide ?

- Ce que tu ressens :

Est-ce que tu te sens à ta place ? Est-ce que tu te sens utile, vivante, alignée ?

Objectif : poser ton point de départ.

2. Identifier ce que tu veux vraiment

- Tes envies profondes :

Qu'est-ce qui t'attire depuis longtemps ?

Qu'est-ce que tu ferais si tu n'avais pas peur du regard des autres ?

- Tes non-négociables :

Qu'est-ce que tu ne veux plus dans ta vie pro ?

Qu'est-ce que tu veux absolument garder ?

Objectif : clarifier ton intention.

3. Tes forces et ton histoire

- Tes expériences :

Quelles expériences pro t'ont le plus nourrie ?

Lesquelles t'ont le plus appris sur toi ?

- Tes compétences :

Qu'est-ce que tu sais faire naturellement ?

Qu'est-ce que les autres viennent chercher chez toi ?

Objectif : voir ton projet comme la continuité de ton histoire, pas un saut dans le vide.

4. Tes valeurs et ta manière de travailler

- Tes valeurs :

Qu'est-ce qui est essentiel pour toi (respect, liberté, sécurité, créativité, justice...) ?

- Ton cadre idéal :

Dans quel environnement tu te sens bien ?

Quel rythme est juste pour toi ?

Avec quel type de personnes tu veux travailler ?

Objectif : que ton projet soit cohérent avec ta manière d'être au monde.

5. Ce que tu veux changer

- Dans ta posture :

Comment veux-tu te sentir dans ton futur projet (légitime, stable, sereine, utile...) ?

- Dans ton quotidien :

Qu'est-ce que tu veux voir disparaître de tes journées ?

Qu'est-ce que tu veux voir apparaître ?

Objectif : définir la transformation que tu cherches vraiment.

5. Ton projet en une phrase

Essaie de formuler ton projet ainsi :

“Je veux accompagner / créer / contribuer à...pour que...en respectant...”

Par exemple :

“Je veux accompagner les femmes en transition, pour qu’elles se sentent à leur place dans leur vie pro, en respectant leur rythme, leurs valeurs et leur histoire.”

Objectif : avoir une phrase-pilier qui te sert de boussole.

A propos de moi

Je suis Aurore, accompagnante professionnelle et photographe. J'aide les femmes à clarifier leur direction, à comprendre ce qu'elles portent, et à avancer autrement dans leur vie professionnelle.

Mon approche mêle posture intérieure, exploration de l'histoire personnelle, et construction d'un projet aligné à ses valeurs. Je crois profondément que la clarté professionnelle naît d'un espace où l'on peut se regarder avec vérité, douceur et légitimité.

Ce guide est né de mon expérience auprès des femmes en transition, en repositionnement ou en reconversion, et de ma conviction que chaque projet professionnel commence par une clarté intérieure.

A propos du guide

Ce guide a été créé pour t'offrir un espace simple, structuré et introspectif pour clarifier ton projet professionnel.

Il s'appuie sur mon expérience en accompagnement, en bilan de compétences, et dans l'exploration des trajectoires professionnelles.

Il ne s'agit pas d'un document thérapeutique. Il ne remplace pas un suivi médical, psychologique ou psychothérapeutique. Il propose des pistes de réflexion, des questions et des axes de travail pour t'aider à avancer dans un cadre non clinique.

Mon intention est de t'accompagner à poser les bases de ton projet, à comprendre ce que tu veux vraiment, et à te reconnecter à la femme que tu deviens dans ta vie professionnelle.

Mention importante

Ce guide est un document non thérapeutique.

Il partage des réflexions issues de mon expérience personnelle et professionnelle dans l'accompagnement par l'image.

Il ne constitue ni un diagnostic, ni un traitement, ni un suivi psychologique.

L'auteure ne pourra pas être tenue responsable de l'interprétation, de l'usage ou des effets émotionnels, psychiques ou physiques pouvant découler de sa lecture ou de la mise en pratique des exercices proposés.

Ce guide a pour seule vocation d'offrir un espace de réflexion personnelle, de clarté et d'évolution professionnelle.

Clarifier ton projet professionnel, ce n'est pas tout décider d'un coup.

C'est poser des bases : où tu en es, ce que tu veux, ce que tu portes, ce que tu ne veux plus.

Ton projet est une évolution, pas une rupture.

Envie de **clarifier** ton projet pro ?

Prends ton RDV découverte offert, pour parler de ton projet, de ton histoire, et de la manière dont tu souhaites faire **évoluer** ta **vie professionnelle**.



contact@prismeavision.fr



prismeavision.fr



+336.73.32.45.91



[@prismeavision_photo_femmes](https://www.instagram.com/prismeavision_photo_femmes)

[@prismeavision_](https://www.instagram.com/prismeavision_)



Siret : 994 782 688 00018
Aurore Maurin Saurois