



LEAD MAGNET OFFICIEL

Mini-diagnostic stratégique

Changer de vie professionnelle après 40 ans : où en êtes-vous vraiment (et par quoi commencer) ?

Un mini-diagnostic clair pour savoir **si**, **comment** et **quand** amorcer un changement professionnel.

Un guide proposé par **La Boîte à DI**

INTRODUCTION

Si vous vous posez la question d'un changement professionnel après 40, 45 ou 50 ans, ce n'est ni une faiblesse, ni un échec.

Ce guide n'est pas là pour vous dire *quoi faire*, mais pour vous aider à **prendre une décision éclairée**, sans précipitation.

LE TEST

 Mini-diagnostic : où en êtes-vous aujourd'hui ?

👉 Instructions : Répondez honnêtement. Il n'y a **aucune bonne ou mauvaise réponse**.

12 QUESTIONS (échelle simple)

Je me projette difficilement dans mon métier actuel pour les 10 prochaines années

☐ Pas du tout ☐ Un peu ☐ Souvent ☐ Tout le temps

Je ressens une fatigue mentale liée à mon travail

☐ Jamais ☐ Parfois ☐ Souvent ☐ Très souvent

J'ai déjà envisagé un changement professionnel sérieux

☐ Non ☐ En y pensant ☐ Oui, plusieurs fois

La peur financière freine mes réflexions

☐ Non ☐ Un peu ☐ Beaucoup

Je sais clairement ce que je ne veux plus professionnellement

☐ Non ☐ Plus ou moins ☐ Oui

J'ai l'impression d'avoir encore beaucoup à apporter

☐ Non ☐ Peut-être ☐ Oui

Je me sens perdu face aux options possibles

☐ Non ☐ Un peu ☐ Beaucoup

L'idée de repartir de zéro me décourage

☐ Non ☐ Un peu ☐ Oui

J'aimerais changer sans tout quitter brutalement

☐ Non ☐ Oui

Je me reconnais dans les profils en reconversion après 40 ans

☐ Pas du tout ☐ Plutôt ☐ Totalelement

J'ai besoin d'un cadre pour réfléchir sereinement

☐ Non ☐ Oui

Je suis prêt à explorer des pistes sans décider immédiatement

☐ Non ☐ Oui

■ INTERPRÉTATION DES RÉSULTATS

◆ MAJORITÉ DE RÉPONSES "1"

Vous êtes en phase de questionnement

◆ MAJORITÉ DE RÉPONSES "2"

Vous êtes en transition latente

◆ MAJORITÉ DE RÉPONSES "3"

Vous êtes prêt pour un changement réfléchi

■ LES 3 ERREURS À ÉVITER ABSOLUMENT

Décider sous le coup de l'émotion

Copier le parcours des autres

Vouloir une certitude immédiate

■ PAR QUOI COMMENCER CONCRÈTEMENT

Les 3 premières actions utiles (sans risque)

Clarifier ce que vous ne voulez plus

Identifier vos compétences transférables

Explorer des pistes réalistes (sans décider)

Et maintenant ?

Si vous êtes arrivé jusqu'ici, c'est que la question mérite d'être prise au sérieux.

La prochaine étape n'est pas de choisir seul, mais de **vous appuyer sur des ressources adaptées aux adultes en reconversion.**

