

---

## Conception vie-travail

Le développement de carrière est le processus de croissance qui se produit tout au long de la vie et du cheminement professionnel – il s’agit d’apprendre, de faire des expériences, de vivre, de travailler et de changer, de créer et de découvrir des voies nouvelles par l’intermédiaire de la vie et du travail.

Lorsque le développement de carrière est  
entrepris avec conscience,  
il s’agit de créer la vie que l’on veut vivre et le  
travail que l’on veut faire.

Que nous nous efforcions consciemment ou non de créer la vie que nous voulons, les choses arrivent d’elles-mêmes. Aucun d’entre nous ne peut éviter d’apprendre, de faire des expériences, de vivre, de travailler et de changer!

Nous avons tous une carrière. Nous nous développons tous. Le travail et la vie sont inextricablement liés.

Tout ceci mène à l’idée de « conception vie-travail ». Cette idée recouvre les notions suivantes :

- la vie et le travail, bien que parfois distincts, ne sont pas séparés;
- la vie et le travail doivent être conçus pour s’harmoniser;
- le domaine vie-travail peut être conçu (en sachant bien que les projets ne sont pas toujours tous mis à exécution) et continuellement remodelé.

La conception du domaine vie-travail exige que la personne :

- rassemble des renseignements sur les différentes possibilités et les explore, ainsi que ses préférences, ses capacités et ses intérêts;
- établisse des objectifs et des plans visant un équilibre satisfaisant entre la vie et le travail, mette ces plans à exécution et les révise.