

Description de l'exercice SCORE

Objectif de l'outil :

Aider les participants à clarifier leurs objectifs professionnels, analyser leurs situations actuelles, et identifier les ressources nécessaires pour évoluer dans leur carrière.

Symptômes : Décrivez votre situation actuelle et les difficultés que vous rencontrez.

Causes : Identifiez les facteurs ayant contribué à cette situation.

Objectifs : Définissez clairement ce que vous souhaitez atteindre.

Ressources : Listez vos compétences, expériences et soutiens extérieurs qui peuvent vous aider.

Effets : Visualisez les bénéfices et les changements positifs que cet objectif apportera.

SCORE

Le modèle SCORE est un outil de coaching et de résolution de problèmes utilisé pour clarifier des objectifs ou analyser des situations.

Il explore la situation présente ou état présent (EP) au travers des symptômes (S), des causes du symptôme (C), l'objectif (O), les ressources (R) de quoi ai-je besoin pour atteindre l'objectif ? Et les effets (E) produits.

S

SYMPTÔME

La situation présente ou l'état présent (EP) est caractérisé par un symptôme, c'est celui que la personne voudrait changer.

Quels sont les signes visibles ou ressentis du problème ou de l'objectif ?
Exemple : besoin d'évoluer

C

CAUSE

Quelles sont les causes ou les origines possibles de la situation actuelle ?

Exemple : Avoir fait le tour de son poste, pas de possibilité au sein de l'entreprise

O

OBJECTIF

Que souhaitez-vous atteindre ou changer ? Quel est le résultat souhaité ?
C'est l'état désiré (ED).

Exemple : d'évoluer professionnellement, changer d'entreprise

R

RESSOURCES

Quelles ressources internes ou externes sont nécessaires pour atteindre cet objectif ?

E

EFFETS

Quels seront les impacts ou les bénéfices à court et long terme une fois l'objectif atteint ?