Guide gratuit | Reconversion

Raconter sa reconversion en 3 phrases

Une façon simple d'expliquer votre changement de métier à un recruteur.

Face à un recruteur, la question arrive toujours : « Pourquoi changer de métier ? ». Une réponse courte, positive et préparée vous met immédiatement en confiance.

La méthode en trois phrases

1. **D'où je viens** : votre métier précédent et ce qu'il vous a appris.
2. **Pourquoi je change** : ce qui vous attire dans le nouveau métier (parlez de ce que vous allez chercher, pas de ce que vous fuyez).
3. **Ce que j'ai déjà fait et ce que j'apporte** : formation, stage, projet, et la compétence qui vous sert déjà.

> Exemple : « J'ai travaillé dix ans en magasin, où j'ai appris le contact client et la gestion de stock. J'ai envie de m'orienter vers la logistique, qui demande la même rigueur. J'ai suivi une formation de cariste et je cherche un poste où je peux mettre ces deux atouts en pratique. »

Repérer vos compétences transférables

Ce sont les compétences qui servent d'un métier à l'autre : organisation, relation client, gestion du temps, rigueur, travail en équipe, communication, maîtrise d'un outil, encadrement. Listez-en cinq et trouvez pour chacune un exemple concret vécu.

Adapter son CV

- Le **titre** annonce le nouveau métier visé.
- Le **résumé** reprend vos trois phrases en deux lignes.
- Dans vos anciennes expériences, mettez en avant ce qui sert le nouveau poste et allégez le reste.
- Ajoutez la **formation** ou le stage récents dans une rubrique visible.

À éviter

- Critiquer votre ancien employeur ou votre ancien métier.
- S'excuser de ne pas avoir d'expérience dans le nouveau domaine.
- Rester vague : « J'avais besoin de changement » ne suffit pas.

Pour financer ou préparer une formation, renseignez-vous sur le compte personnel de formation (CPF) et sur le conseil en évolution professionnelle, un accompagnement gratuit. Les détails sont sur les sites officiels.

Informations générales, à jour en novembre 2026. Ce guide ne remplace pas les sites officiels ni le conseil d’un professionnel. Vous pouvez le partager librement.