

MES INTÉRÊTS DE TRAVAIL

*Une tendance, un goût, une préférence ou une attirance envers quelque chose. J'y trouve du plaisir et de la satisfaction. **C'est ce que j'aime et aime faire principalement au travail.***

- | | | |
|---|--|---|
| ☐ Me déplacer souvent d'endroit | ☐ Travailler avec des gens de sexe opposé | ☐ Le milieu de la construction |
| ☐ Jouer d'un instrument de musique, chanter | ☐ Tenir un budget, gérer | ☐ Le milieu de la santé |
| ☐ Composer, écrire | ☐ Vendre, promouvoir | ☐ Le monde de l'ingénierie |
| ☐ Travailler avec des outils, des machines | ☐ Participer fréquemment à des réunions | ☐ Le monde de l'éducation |
| ☐ Présenter les choses de façon soignée | ☐ Travailler plutôt en équipe | ☐ La relation d'aide |
| ☐ Animer un groupe | ☐ Travailler plutôt seul | ☐ L'entrepreneuriat |
| ☐ Travailler sur ordinateur | ☐ Analyser et résoudre des problèmes | ☐ Le travail de bureau |
| ☐ Lire constamment | ☐ Classer des documents | ☐ Le dessin technique |
| ☐ Aller au-devant des gens | ☐ Soigner des gens | ☐ Le théâtre |
| ☐ Relever des défis professionnels | ☐ Gérer des projets | ☐ Les arts visuels, la photographie |
| ☐ Inventer, concevoir | ☐ Effectuer du service à la clientèle | ☐ Le design et l'aménagement des espaces |
| ☐ Observer les gens | ☐ Superviser des personnes | ☐ La cuisine |
| ☐ Comprendre les phénomènes naturels | ☐ Bricoler des objets | ☐ La philosophie |
| ☐ Voyager, être sur la route | ☐ Lire un plan | ☐ La littérature |
| ☐ Travailler manuellement | ☐ Bouger, dépenser de l'énergie | ☐ Les langues étrangères |
| ☐ Résoudre des problèmes mathématiques | ☐ Réparer des appareils, des objets | ☐ Les mathématiques |
| ☐ Enseigner à quelqu'un | ☐ Prendre des responsabilités | ☐ La psychologie |
| ☐ Exécuter des travaux avec précision | ☐ Écouter les gens | ☐ La sociologie |
| ☐ Travailler en laboratoire | ☐ Côtayer des gens importants | ☐ La géographie |
| ☐ Utiliser des chiffres | ☐ Défendre les droits des autres | ☐ L'histoire |
| ☐ Communiquer des renseignements | ☐ Suivre l'actualité | ☐ La politique |
| ☐ Travailler avec des concepts, des idées | ☐ Prendre des initiatives | ☐ L'économie |
| ☐ Travailler dans une usine | ☐ Suivre des directives et y être fidèle | ☐ La physique |
| ☐ Organiser, planifier | ☐ Travailler avec les jeunes | ☐ La mécanique, la métallurgie |
| ☐ Prendre des décisions | ☐ Travailler avec les familles, les couples | ☐ L'électronique et la haute technologie |
| ☐ Aider les gens en difficulté | ☐ Travailler avec les personnes handicapées | ☐ L'informatique |
| ☐ Persuader les autres, négocier | ☐ Travailler avec les personnes âgées | ☐ La chimie |
| ☐ Rédiger des rapports | ☐ Offrir du service à domicile | ☐ La biologie humaine |
| ☐ Entrer en compétition | ☐ Le travail dehors | ☐ L'environnement, la nature, les végétaux |
| ☐ Créer, viser l'originalité, innover | ☐ Le domaine sportif et des loisirs | ☐ Les animaux |
| ☐ Conduire des véhicules | ☐ Le monde des médias | |
| ☐ Parler en public | ☐ Le monde du spectacle | |
| ☐ Effectuer des examens à l'aide d'instruments | ☐ Le milieu industriel | |
| ☐ Faire des activités bénévoles | ☐ Le milieu de la réadaptation | |
| ☐ Travailler de façon répétitive | ☐ Le milieu de la recherche | |
| ☐ Travailler sur un produit concret | ☐ Le monde de la finance, des assurances | |
| | ☐ Le monde des affaires | |
| | ☐ Le monde de la publicité | |
| | ☐ Le monde de la mode | |

MES APTITUDES

*Une aptitude est une disposition, un talent naturel, une capacité d'accomplir une tâche ou un ensemble de tâches avec **succès**. L'aptitude peut se développer avec de la pratique dans des conditions propices. **Je suis capable ou j'excelle dans...***

- | | | |
|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">☐ Capacité d'analyse☐ Imagination de scénarios, de personnages☐ Capacité à décider☐ Résolution de problèmes scientifiques☐ Compréhension du fonctionnement de machines☐ Patience☐ Polyvalence☐ Animation de groupe☐ Lecture de plans☐ Estimation de coûts☐ Travail sous pression☐ Facilité à tolérer la répétition☐ Bonne forme physique☐ Ouverture d'esprit face aux idées nouvelles☐ Esprit de synthèse☐ Soins physiques aux patients☐ Aide à la résolution de conflits personnels☐ Facilité à entrer en contact avec des gens « différents »☐ Sens de la négociation, de l'argumentation☐ Sens de l'esthétique, du design☐ Facilité pour la photographie, le traitement de l'image☐ Sens critique☐ Facilité à évaluer une situation complexe☐ Facilité à obtenir la confiance☐ Facilité à enseigner☐ Capacité de concentration☐ Facilité de compréhension des besoins des autres | <ul style="list-style-type: none">☐ Sens de la recherche détaillée, de l'enquête☐ Facilité d'apprentissage☐ Capacité à réagir rapidement avec sang-froid dans une situation de crise☐ Facilité d'adaptation à des heures de travail irrégulières☐ Facilité à mener plusieurs tâches de front☐ Capacité à faire preuve d'assurance☐ Sens de l'humour☐ Souci de la clientèle☐ Vif d'esprit, sens de la répartie☐ Facilité à garder l'autorité☐ Capacité à déléguer des tâches☐ Capacité à diffuser clairement de l'information☐ Sens de la comptabilité☐ Capacité de leadership pour mener des projets à terme☐ Sens de l'observation, du détail☐ Facilité à tenir un dossier à jour☐ Capacité d'adaptation☐ Sens du public☐ Capacité de respecter des consignes☐ Capacité de visualisation en 2D ou 3D☐ Travail solitaire☐ Travail en équipe☐ Sens de l'organisation, de la planification☐ Gestion du temps, respect des délais | <ul style="list-style-type: none">☐ Sens de l'initiative☐ Capacité d'écoute☐ Curiosité intellectuelle☐ Sens de la vente et de la promotion☐ Sens des responsabilités☐ Tolérance à l'insécurité☐ Facilité à entrer rapidement en relation avec des inconnus☐ Sens de la technologie☐ Dextérité manuelle☐ Sens de l'innovation☐ Capacité de mémorisation |
|--|---|---|

Aptitudes particulières en :

- ☐ Géographie
- ☐ Histoire
- ☐ Économie
- ☐ Politique
- ☐ Biologie
- ☐ Informatique
- ☐ Chimie
- ☐ Physique
- ☐ Mathématiques
- ☐ Psychologie
- ☐ Sociologie
- ☐ Philosophie
- ☐ Français (orthographe, grammaire)
- ☐ Français (rédaction, compréhension de texte)
- ☐ Langues étrangères
- ☐ Musique, chant
- ☐ Théâtre
- ☐ Arts visuels
- ☐ Dessin technique
- ☐ Éducation physique
- ☐ Mécanique ou autres matières technologiques

MES VALEURS ET MES BESOINS

Une valeur est ce à quoi j'accorde de l'importance dans la vie. Un besoin est ce qu'il me faut pour me sentir bien dans ma vie. **Je trouve très important de... J'ai vraiment besoin de...**

- | | | |
|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">☐ Être très spécialisé☐ Planifier moi-même mes tâches☐ Vivre à la campagne☐ Vivre à la ville☐ Exercer une profession bien vue par la société☐ Obtenir un salaire plus élevé que la moyenne☐ Être engagé politiquement☐ Être engagé socialement☐ Ne pas travailler à des tâches urgentes☐ Avoir un haut niveau d'études☐ Être cultivé dans plusieurs domaines☐ Acquérir du prestige☐ Utiliser mon imagination☐ Exécuter une tâche plutôt que la concevoir☐ Faire des études dans ma région☐ Avoir des activités diversifiées☐ Demeurer dans ma région d'origine pour exercer ma profession☐ Avoir une sécurité d'emploi☐ Prendre des risques dans mon travail☐ Me sentir en bonne forme physique☐ Travailler à la résolution de problèmes☐ Agir avec tact et respect avec les autres☐ Prendre des décisions☐ Utiliser l'ordinateur comme principal instrument de travail☐ Travailler à l'avancement de la science☐ Changer la société☐ Être bien vêtu☐ Travailler dans un endroit confortable☐ Être à la tête, diriger (gens ou des dossiers)☐ Avoir de la compétition☐ Avoir beaucoup de liberté d'action☐ Communiquer | <ul style="list-style-type: none">☐ Vivre plusieurs choses nouvelles☐ Travailler à mon propre rythme☐ Créer des choses☐ Être apprécié par plusieurs personnes☐ Aider les gens dans leur vie personnelle☐ Ne pas avoir trop d'efforts à fournir pour réussir mes études☐ Avoir des fonctions bien déterminées☐ Avoir des heures régulières☐ Travailler dehors régulièrement☐ Avoir mon propre bureau☐ M'impliquer physiquement dans mon travail☐ Être moitié avec les gens, moitié seul☐ Travailler en équipe☐ Avoir un travail calme et souvent solitaire☐ Être responsable de gros dossiers☐ Voyager régulièrement au Québec dans mon travail☐ Voyager au Canada ou à l'étranger pour mon travail☐ Travailler à l'étranger lors de séjours prolongés☐ Améliorer le sort de la planète☐ Travailler pour une entreprise importante☐ Lancer ma propre entreprise☐ Avoir beaucoup de temps pour ma famille☐ Savoir que mon travail est profitable aux autres☐ Voir les résultats de mon travail☐ Être attentif aux besoins des autres☐ M'émerveiller (art, nature, architecture...)☐ Avoir une bonne réputation☐ Avoir beaucoup de temps libre pour mes loisirs | <ul style="list-style-type: none">☐ Me réaliser par mon travail☐ Aller au fond des choses☐ Avancer professionnellement dans ma carrière☐ Être satisfaite de ce que je fais☐ Faire quelque chose d'audacieux☐ Mettre à l'épreuve de nouvelles idées☐ Suivre un plan, savoir où je m'en vais☐ Être à l'avant-garde de la technologie☐ La saine alimentation |
|---|---|--|

TABLEAU 1
Mes intérêts, aptitudes, valeurs et besoins et traits de personnalité

[illegible]

TABLEAU 2
Distinction entre le travail et la vie personnelle

[illegible]

TABLEAU 3
Programmes et professions retenus

[illegible]

TABLEAU 4
GRILLE D'ÉVALUATION

Évalue sur une échelle de 1 (incompatible) à 10 (remarquable) comment tes choix de programmes ou professions répondent à tes critères.

Programmes et professions Critères de priorités					
Intérêts					
Aptitudes					
Valeurs et besoins					
Traits de personnalité					
Résultats :					