

SERVICE DE PLACEMENT



Formation préparatoire
au marché du travail

QU'AS-TU À OFFRIR?

Avant de te lancer dans une recherche d'emploi, il est important d'identifier tes compétences professionnelles, il est possible de les classer selon les catégories suivantes : le savoir, le savoir-faire et le savoir-être.

Les identifier méticuleusement, pourrait te permettre de te détacher du lot par rapport aux autres postulants.

En effet, plus grande sera ta connaissance de toi-même, plus tu seras en mesure de cibler un milieu de travail qui te ressemble, de vivre des expériences de recrutement positives et ultimement, d'occuper des fonctions **stimulantes dans un environnement faisant écho à tes valeurs.**

En entrevue, l'employeur regarde principalement trois aspects de ta personne :



Le savoir-être, est un ensemble de qualités professionnelles qui reflètent la manière dont tu te comportes dans un environnement professionnel.

Le savoir est l'ensemble des connaissances acquises par tes différentes formations et via l'expérience professionnelle ou l'apprentissage.

Le savoir-faire est constitué de compétences pratiques auxquelles tu as recours pour exercer tes tâches au quotidien. Il s'agit de la mise en pratique de tes savoir théoriques. Il reflète ta capacité à effectuer concrètement et correctement une tâche.

Les sections suivantes te proposent des exercices pour approfondir ta connaissance de soi. Ils t'aideront à mettre des mots sur ta manière d'être et d'agir et à cerner ce qui compte pour toi sur la plan professionnel.

RÉFLEXION SUR TES INTÉRÊTS

Certaines activités ou sujets nous intéressent plus que d'autres. Tes intérêts et tes préférences au travail sont des aspects importants dont il faut tenir compte au moment de choisir un emploi.

Prends le temps de répondre aux questions suivantes pour découvrir si tu aimes mieux travailler dans un milieu dirigé, social, méthodique, objectif ou innovateur.

Questionnaire sur les intérêts professionnels

1	Souhaites-tu exercer un emploi où vous pouvez diriger, surveiller et planifier les activités d'autres travailleurs?	OUI	NON
2	Fais-tu du travail bénévole auprès d'organismes qui aident les gens?	OUI	NON
3	Aimes-tu effectuer le même travail jusqu'à ce qu'il soit terminé?	OUI	NON
4	Aimes-tu avoir l'esprit absorbé dans des idées ou des projets?	OUI	NON
5	Aimes-tu construire des choses ou les réparer?	OUI	NON
6	Aimes-tu prendre des responsabilités et voir à ce que le travail se fasse?	OUI	NON
7	Aimes-tu aider tes amis à résoudre leurs problèmes?	OUI	NON
8	Aimerais-tu exercer un emploi dans lequel tu saurais toujours ce qu'on attend de toi?	OUI	NON
9	Aimes-tu les livres et les émissions de télévision portant sur des sujets scientifiques, comme l'astronomie et la biologie?	OUI	NON
10	Es-tu capable de concevoir, d'inventer ou de créer des choses?	OUI	NON
11	Aimes-tu diriger les autres dans leurs activités?	OUI	NON

RÉFLEXION SUR TES INTÉRÊTS

12	Es-tu capable d'aider ceux qui sont inquiets ou contrariés?	OUI	NON
13	Lorsque tu exécutes un projet ou un autre travail, le fais-tu avec minutie, une étape à la fois?	OUI	NON
14	Aimes-tu approfondir des sujets spécifiques dans le but de résoudre des problèmes?	OUI	NON
15	As-tu des passe-temps que tu exerces seul, comme construire des modèles réduits, jardiner, décaper de vieux meubles, ou développer des photos?	OUI	NON
16	Aimerais-tu exercer un emploi dans lequel tu pourrais prendre des décisions?	OUI	NON
17	Aimerais-tu exercer un emploi qui consisterait à interviewer les gens pour connaître leur opinion sur des sujets ou sur des événements?	OUI	NON
18	Aimes-tu travailler en suivant des règles bien établies?	OUI	NON
19	Aimes-tu aller au fond des choses pour mieux comprendre des situations?	OUI	NON
20	Aimes-tu jouer aux échecs ou à d'autres jeux où il faut utiliser son intelligence?	OUI	NON
21	As-tu déjà dirigé un club, un comité, une équipe ou une organisation?	OUI	NON
22	Aimes-tu aider les gens lorsqu'ils sont malades ou en difficulté?	OUI	NON
23	Aimes-tu travailler à la même chose longtemps?	OUI	NON
24	Aimerais-tu exercer un emploi où les tâches seraient nouvelles et différentes chaque jour?	OUI	NON
25	Aimes-tu faire fonctionner des outils et des machines?	OUI	NON

RÉFLEXION SUR TES INTÉRÊTS

26	Aimes-tu la compétition?	OUI	NON
27	Aimerais-tu exercer un type d'emploi dont les principales fonctions visent à assurer le mieux-être des gens?	OUI	NON
28	Aimes-tu travailler en suivant des méthodes prescrites?	OUI	NON
29	Aimerais-tu travailler à des projets de recherche?	OUI	NON
30	Aimes-tu travailler avec des matières comme le bois, la pierre, l'argile, le tissu ou le métal?	OUI	NON
31	As-tu déjà été responsable d'un projet ou d'une activité où tu devais t'occuper de divers détails pour mener à bien cette activité?	OUI	NON
32	Aimerais-tu exercer un emploi lié à un service communautaire?	OUI	NON
33	Aimerais-tu exercer un emploi où ton travail ferait souvent l'objet de contrôle ou de supervision?	OUI	NON
34	Es-tu capable de faire face à une succession rapide de faits nouveaux et imprévus?	OUI	NON
35	Aimerais-tu exercer un emploi où tu aurais à faire fonctionner des machines toute la journée?	OUI	NON
36	As-tu déjà été chargé d'organiser une activité et de planifier les tâches de chacun?	OUI	NON
37	As-tu exercé un emploi t'obligeant à traiter d'affaires avec les gens durant toute la journée?	OUI	NON
38	Aimes-tu achever une tâche avant d'entreprendre la suivante?	OUI	NON
39	Aimerais-tu travailler à des projets qui te permettraient d'avoir de nouvelles idées ou de découvrir des faits nouveaux?	OUI	NON

RÉFLEXION SUR TES INTÉRÊTS

40	Aimes-tu travailler de tes mains, par exemple, réparer la plomberie ou des voitures, coudre ou poser du papier peint?	OUI	NON
41	Préfères-tu diriger un groupe plutôt que d'en faire simplement partie?	OUI	NON
42	As-tu de la facilité à travailler avec les gens et à collaborer avec eux?	OUI	NON
43	Aimerais-tu exercer un emploi où le travail se déroule à un rythme régulier durant toute la journée?	OUI	NON
44	Aimes-tu faire l'essai de diverses méthodes pour arriver à un résultat pour résoudre un problème?	OUI	NON
45	Aimes-tu les livres et les émissions de télévision t'expliquant comment les choses se font ou comment elles fonctionnent?	OUI	NON
46	Réussis-tu généralement à amener les gens à faire ce que tu veux qu'ils fassent?	OUI	NON
47	Aimes-tu prendre soin des gens?	OUI	NON
48	Peux-tu accepter des ordres?	OUI	NON
49	Aimes-tu les activités où tu as l'occasion de procéder à des tests et à prendre des mesures, de quelque façon que ce soit?	OUI	NON
50	Aimerais-tu un emploi dans lequel tu travaillerais avec des machines ou des objets plutôt qu'avec des personnes?	OUI	NON

RÉFLEXION SUR TES INTÉRÊTS

Notation de tes réponses au questionnaire

1^{RE} ÉTAPE

Dans la liste ci-dessous, encerle les chiffres correspondant aux questions auxquelles tu as répondu par un OUI. Par exemple, si tu as répondu OUI aux questions 1 et 4, encerle les chiffres 1 et 4 dans le tableau ci-dessous. Ne tiens pas compte des questions auxquelles tu as répondu NON.

Procède de haut en bas, colonne par colonne.

TYPES D'INTÉRÊTS

											TOTAL
1	6	11	16	21	26	31	36	41	46	Directif	
2	7	12	17	22	27	32	37	42	47	Social	
3	8	13	18	23	28	33	38	43	48	Méthodique	
4	9	14	19	24	29	34	39	44	49	Innovateur	
5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	Objectif	

2^E ÉTAPE

Après avoir calculé le nombre de chiffres encerclés sur chacune des lignes, inscrit le total dans l'espace à la droite sur le tableau. Par exemple, si tu as encerclé les chiffres 11, 26, 31, 41 et 46 sur la première ligne, tu dois inscrire cinq (5) comme total. Procède de la même façon pour chacune des lignes.

3^E ÉTAPE

Le résultat ou les deux notes les plus élevées correspondent aux types d'activités que tu préfères, alors que les notes les plus faibles indiquent celles que tu aimes le moins.

INTERPRÉTATION DES RÉSULTATS

DIRECTIF

Les personnes à caractère directif aiment maîtriser et prendre les situations en main. Elles aiment être responsables de projets qui requièrent de la planification, des prises de décisions et la coordination du travail du personnel. Il leur est facile de donner des directives et des instructions. Ces personnes aiment organiser leurs propres activités. Elles se perçoivent comme étant indépendantes et autonomes.



SOCIAL

Les personnes sociales aiment travailler avec les gens. Elles aiment prendre soin des autres ou les aider à identifier leurs besoins et à résoudre leurs problèmes. Les personnes sociales aiment travailler et coopérer avec les autres. Le travail à contact interpersonnel les intéresse.

MÉTHODIQUE

Les personnes méthodiques aiment avoir des directives claires et des méthodes organisées pour diriger leurs activités. Elles préfèrent travailler sous la direction ou sous la supervision des autres, selon les instructions données, ou se fier à des règles et à des procédures établies. Les personnes méthodiques aiment travailler à un projet à la fois. Elles aiment le travail routinier et exempt d'imprévus.



INNOVATEUR

Les personnes innovatrices aiment explorer les choses en profondeur et solutionner des problèmes en expérimentant. Elles sont intéressées à inventer et à créer différentes façons de résoudre des questions ou de présenter de l'information. Elles aiment les sujets scientifiques. Les personnes innovatrices préfèrent le défi des expériences nouvelles et inattendues. Elles s'adaptent facilement au changement.

OBJECTIF

Les personnes objectives aiment travailler avec des outils, de l'équipement, des instruments et de la machinerie. Elles aiment réparer ou fabriquer des choses à partir de matériaux variés selon des spécifications et des techniques établies. La façon dont les choses fonctionnent et comment elles sont construites les intéressent.



Ces thèmes décrivent de vastes tendances d'intérêt que tu peux utiliser pour cibler des environnements de travail satisfaisants et des éléments qui te motivent le plus au travail. En aucun cas il ne s'agit d'un test psychométrique.

TES VALEURS

Tes valeurs représentent ce qui est important pour toi dans la vie. Tu accordes des degrés d'importance divers à de nombreuses valeurs (par exemple la réussite, la sécurité, la bienveillance).

Tes valeurs vont motiver tes actions, c'est-à-dire que tu vas faire des choses en lien avec tes valeurs, et cela dans tout tes domaines de vie. Par exemple, si l'honnêteté est une de tes valeurs, tu vas te comporter de façon honnête dans ta vie professionnelle, familiale, personnelle, de couple, et sociale.

Ce questionnaire sur les valeurs au travail peut t'aider à définir tes motivations professionnelles, le cadre de travail que tu préfères, la manière dont tu interagis avec les autres et ton style de travail.

Voici un exercice pour y voir plus clair. Indique, dans les cases appropriées, l'importance que ces valeurs de travail représentent pour toi.

INTERACTION AVEC LES AUTRES	Peu important	Assez important	Très important	Primordial
J'aime travailler de façon autonome, avec peu ou pas de supervision.				
J'aime le travail qui me donne la possibilité de convaincre les autres ou de négocier avec eux.				
J'aime la compétition et comparer mes capacités et mes compétences avec celles des autres.				
J'aimerais travailler avec le public.				
Je veux faire un travail qui m'amène à me fixer des buts personnels et à les atteindre.				
Je veux travailler dans un cadre qui me permet d'avoir des contacts avec une équipe.				
Je préfère ne pas travailler directement avec le public.				
Je veux faire un travail qui me permet d'influencer les attitudes et les opinions des autres.				

CADRE DE TRAVAIL	Peu important	Assez important	Très important	Primordial
J'aimerais voyager et découvrir des cultures et des endroits différents.				
Je veux travailler dans un cadre de travail calme et paisible.				
J'aimerais travailler à l'extérieur une partie du temps ou tout le temps.				
J'aime le travail qui est physiquement éprouvant.				
Je préfère travailler à l'intérieur.				
Je veux faire un travail qui stimule mon intelligence.				
Je veux faire un travail qui ne m'oblige pas à voyager.				
J'aime travailler à un endroit où les activités se déroulent à un rythme rapide.				

MOTIVATIONS PROFESSIONNELLES	Peu important	Assez important	Très important	Primordial
L'idée de gagner de l'argent me motive énormément.				
Je suis motivé par le travail qui me permet d'aider les autres soit individuellement, soit en petits groupes.				
L'idée de diriger d'autres personnes ne m'intéresse pas. Je suis motivé par le travail qui me permet de n'avoir qu'à gérer mes propres activités.				
L'argent ne m'importe pas autant que la satisfaction personnelle.				
Je veux faire un travail qui me passionne, même s'il empiète sur les loisirs.				
Je suis motivé par le travail qui améliore le monde.				
Il est important pour moi que mon travail soit publiquement reconnu.				
Je suis motivé par le travail qui me mènera à un poste de gestion.				
Je veux faire un travail qui me laisse du temps libre à consacrer à ma famille et à mes amis.				



STYLE DE TRAVAIL	Peu important	Assez important	Très important	Primordial
J'aime le travail qui me permet de résoudre des problèmes et de décider de la façon dont les choses devraient être faites.				
J'aime travailler à des heures fixes, selon un horaire régulier.				
J'aimerais un travail dans lequel les responsabilités changent souvent.				
J'aimerais un travail qui me permettrait d'utiliser ma créativité pour trouver de nouvelles façons de faire les choses.				
Je veux pouvoir choisir mes heures de travail.				
J'aime faire un travail qui exige de la rigueur et de la précision.				
Je préfère un cadre de travail dans lequel j'exerce toujours les mêmes fonctions.				
Je veux travailler dans un milieu passionnant, où la pression est élevée.				

TES VALEURS

Voici un tableau synthèse qui t'aidera à mieux identifier les valeurs qui sont importantes pour toi.

INTERACTION AVEC LES AUTRES

CADRE DE TRAVAIL

MOTIVATIONS PROFESSIONNELLES

STYLE DE TRAVAIL

A. Pour chacune des catégories présentées, inscris celles que tu as identifiées comme étant très importante ou primordiale pour toi.

B. Peux-tu penser à des façons selon lesquelles tes valeurs pourraient influencer tes décisions dans l'avenir (des choix sur ton lieu de travail, le genre de travail que tu veux accomplir, par exemple)?

COMMENT ÉVALUER TES APTITUDES?

Aptitudes (ce que je suis capable de faire)

Une aptitude est une disposition, une capacité ou une facilité particulière qu'il faut posséder pour acquérir facilement le savoir-faire nécessaire à l'accomplissement d'une tâche ou d'une fonction de travail. Ce sont tes talents personnels, ce que tu peux développer facilement.

Au-delà des connaissances et des compétences nécessaires pour accomplir les tâches quotidiennes, ce sont les aptitudes liées au savoir-être professionnel qui feront de toi une personne-clé au sein d'une organisation.

Cet exercice te donne une idée des aptitudes transférables que tu vas offrir à l'employeur par l'intermédiaire d'un curriculum vitae, une lettre de présentation ou au cours de l'entrevue. Démontrer par des exemples concrets la façon dont tu as mis tes aptitudes à profit aura beaucoup plus d'effet que le simple fait de nommer des aptitudes sans preuve à l'appui.

APTITUDES TRANSFÉRABLES

JE POSSÈDE CETTE APTITUDE	DONNE UN EXEMPLE CONCRET OÙ TU AS UTILISÉ CETTE APTITUDE
1 Analyser des situations ou des données.	
2 Animer un groupe.	
3 Agir comme médiateur entre les gens.	
4 Atteindre des objectifs en se fixant des buts spécifiques.	
5 Développer des idées.	
6 Assembler des objets, des équipements des informations. Ajuster des machines.	
7 Calculer des données numériques.	

COMMENT ÉVALUER TES APTITUDES?

JE POSSÈDE CETTE APTITUDE	DONNE UN EXEMPLE CONCRET OÙ TU AS UTILISÉ CETTE APTITUDE
8 Compiler des données ou des faits.	
9 Communiquer en engageant le dialogue ou en y participant.	
10 Construire des objets, des immeubles.	
11 Contrôler les progrès des personnes ou des procédés.	
12 Coordonner les activités ou les événements.	
13 Créer de nouvelles idées, des objets.	
14 Déléguer des tâches ou des responsabilités.	
15 Diriger un groupe ou une organisation.	
16 Parler en public (en personne ou par l'intermédiaire d'un média).	
17 Écouter les autres.	
18 Évaluer des situations, des risques.	
19 Dessiner des tableaux ou des graphiques.	
20 Enregistrer des données numériques ou scientifiques.	
21 Estimer les coûts, les revenus.	
22 Donner des cours.	

COMMENT ÉVALUER TES APTITUDES?

JE POSSÈDE CETTE APTITUDE	DONNE UN EXEMPLE CONCRET OÙ TU AS UTILISÉ CETTE APTITUDE
23 Exposer des plans, idées ou produits.	
24 Évaluer l'espace physique.	
25 Évaluer le rendement de programmes, procédés ou événements.	
26 Faire fonctionner de l'équipement, des machines ou des véhicules.	
27 Faire la promotion d'événements, d'activités.	
28 Faire l'inspection ou l'examen d'objets, états financiers.	
29 Décider du choix, du matériel ou des ressources.	
30 Interpréter des données, terminologies ou langues.	
31 Mettre à jour des informations, des dossiers.	
32 Mettre sur pied des projets, des idées.	
33 Motiver les autres.	
34 Inventer de nouvelles idées.	
35 Mesurer des quantités, des surfaces.	
36 Négocier des contrats.	
37 Organiser des événements, des démonstrations.	

COMMENT ÉVALUER TES APTITUDES?

JE POSSÈDE CETTE APTITUDE	DONNE UN EXEMPLE CONCRET OÙ TU AS UTILISÉ CETTE APTITUDE
38 Planifier des objectifs, des programmes, des budgets.	
39 Percevoir des sommes d'argent.	
40 Persuader les autres.	
41 Rechercher des informations, des renseignements.	
42 Programmer des activités, des données, des équipements (ordinateurs).	
43 Recevoir et accueillir des gens.	
44 Rédiger des rapports, textes, communiqués, articles.	
45 Rencontrer le public (réceptionniste, représentant, vendeur, etc.).	
46 Réparer des équipements, meubles, véhicules, accessoires.	
47 Servir des individus.	
48 Surveiller des personnes, des travaux et procédés.	
49 Tenir des dossiers à jour.	
50 Traiter des plaintes.	
51 Vendre des idées, des produits.	
52 Vérifier la précision, l'exactitude de produits et de renseignements.	

COMMENT ÉVALUER TES APTITUDES?

JE POSSÈDE CETTE APTITUDE	DONNE UN EXEMPLE CONCRET OÙ TU AS UTILISÉ CETTE APTITUDE
53 Utiliser des instruments de mesure, de précision, de recherche.	
54 Ajuster des machines, des objets, des vêtements.	
55 Conduire des véhicules, des machines.	
56 Entretenir un local (maison, équipement, machinerie).	
57 Fabriquer des objets, instruments, machineries.	

Les **cinq** aptitudes que tu considères les plus importantes pour l'emploi que tu recherches :

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____



COMMENT ÉVALUER TES QUALITÉS?

Les employeurs accordent de l'importance à tes qualités personnelles. Coche les mots qui te décrivent le mieux. Ne perds pas de vue ton objectif d'emploi et les besoins de l'employeur. Par la suite, remplis la section « mes cinq qualités prépondérantes ».

- | | | | |
|--|--|--|--------------------------------------|
| ☐ Attentif aux autres | ☐ Efficace | ☐ Méthodique | ☐ Prudent |
| ☐ Autonome | ☐ Empathique | ☐ Minutieux | ☐ Réaliste |
| ☐ Aventureux | ☐ Énergique | ☐ Motivé | ☐ Responsable |
| ☐ Calme | ☐ Entregent | ☐ Observateur | ☐ Rigoureux |
| ☐ Collaborateur | ☐ Esprit d'équipe | ☐ Ordonné | ☐ Rusé |
| ☐ Communicatif | ☐ Expressif | ☐ Organisateur | ☐ Sensible |
| ☐ Compréhensif | ☐ Extraverti | ☐ Ouvert d'esprit | ☐ Sérieux |
| ☐ Confiant | ☐ Flexible | ☐ Patient | ☐ Sociable |
| ☐ Conformiste | ☐ Franc | ☐ Persévérant | ☐ Spontané |
| ☐ Créatif | ☐ Honnête | ☐ Poli | ☐ Souple |
| ☐ Curieux | ☐ Imaginatif | ☐ Polyvalent | ☐ Sympathique |
| ☐ Débrouillard | ☐ Indépendant | ☐ Ponctuel | ☐ Tenace |
| ☐ Dévoué | ☐ Inventif | ☐ Précis | ☐ Tolérant |
| ☐ Direct | ☐ Intelligent | | |
| ☐ Digne de confiance | ☐ Intuitif | | |
| ☐ Diplomate | ☐ Jovial | | |
| ☐ Direct | ☐ Joyeux | | |
| ☐ Discipliné | ☐ Leader | | |
| ☐ Dynamique | ☐ Manuel | | |

Mes 5 qualités prépondérantes :

TON BILAN PERSONNEL

Pour chacune de ces catégories, inscris entre 2 et 5 mots-clés.

Il ne s'agit pas ici d'entrer dans le détail mais de noter les points les plus importants, ceux qui permettent de cerner ta personnalité.



TES INTÉRÊTS :
Ce que tu aimes faire

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____



TES VALEURS :
Ce qui est important pour toi

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____



TES QUALITÉS :
Tes points forts

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____



TES APTITUDES :
Ce que tu sais faire

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____



TES COMPÉTENCES TECHNIQUES

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Ce bilan t'aidera à l'élaboration de ton CV, la rédaction de ta lettre de motivation et également, dans la formulation de tes réponses lors d'entrevues d'embauche.

