



Avant de me mettre à la recherche d'un emploi ou d'entreprendre des études, je dois décider ce que je veux.

Que je souhaite rester dans le même domaine ou me réorienter, j'ai intérêt à utiliser une méthode systématique pour définir le type d'emploi que je veux. **Après avoir fait les différents exercices proposés, je me servirai de la fiche résumé pour regrouper mes résultats dans un même lieu.** Ce faisant, je définirai progressivement le type d'emploi que je souhaite cibler. Cet exercice ressemble à l'assemblage d'un casse-tête. Chaque élément que j'ajouterai me permettra, petit à petit, d'y voir plus clair. En procédant ainsi, j'éviterai également de prendre une décision sur un coup de tête ou de faire mon choix à partir des suggestions de Pierre, Jean et Jacques, sans tenir compte de mon projet de vie-travail.

Pour compléter la fiche résumé, je vais utiliser les résultats des réflexions faites dans les fiches suivantes :

Fiche 3 – Mes expériences de travail
Fiche 4 – Pourquoi je travaille
Fiche 11 – Mon état de santé
Fiche 13, Fiche I-2 – Mes Valeurs
Fiche 18 – Mes intérêts
Fiche 21 – Mes réussites

Fiche 22 – Mes exigences
Fiche 24 – Mes traits de caractère
F. G-2 + Pour un choix de carrière
Fiche I-1, forces et faiblesse ou f. qualité
Fiche des tests orientations
Fiche choix de vie

Lorsqu'il n'y a aucun numéro de fiche à consulter pour un thème (ex. : Les titres d'emploi qui m'intéressent), je complète cette partie de la fiche en me servant de différents outils d'exploration tels que des sites Web, des banques d'emploi informatisées, la Classification nationale des professions, les annonces publiées dans les journaux, etc. Si j'ai de la difficulté à compléter certains exercices, je trouverai les mots pour le faire dans ces nombreux outils.

Pourquoi je travaille

(fiche 4, ex. : rencontrer des gens.)

Les limitations liées à ma santé

(fiche 11, ex. : incapacité à faire plus de 2 à 3 heures de travail à l'ordinateur, parce que j'ai une tendinite chronique.)

Les limitations liées à mes traits de caractères

(fiche 24)

Mes valeurs au travail

(fiche I-2, Fiche 13 et MBTI)

ex. : aider les autres, être reconnu pour mon expertise, avoir un équilibre vie-travail, ce qui est important pour moi.)

Fiche I-2 :

Fiche 13 :

Profil MBTI :

Des tâches que je souhaite retrouver dans mon emploi

(fiche 3, ex. : traitement de texte, répondre aux demandes de renseignements des clients, inspection des produits.)

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

Des tâches que je ne souhaite plus faire

(fiche 3, ex. : avoir la responsabilité du service de comptabilité, être représentant sur la route.)

1.

2.

3.

Conditions que je ne veux plus retrouver dans mon prochain emploi

(fiche 11, fiche 22 et autre, ex. : plus de 2 heures par jour de transport, travailler au centre-ville, ne pas avoir des outils adéquats, un milieu de travail où il y a des conflits, source de stress.)

Mes exigences

(fiche 22, ex. : je veux travailler à temps partiel, gagner 14 \$ l'heure, travailler avec le public, avoir toujours quelque chose à faire.)

Horaire : _____

Transport : _____

Mode de travail : _____

Rémunération : _____

Cadre de travail : _____

Durée du travail : _____

Lieu géographique : _____

Conditions ambiantes : _____

Style de travail : _____

Interaction avec les autres : _____

Mes réussites

(fiche 21)

(ex. : relever un défi, mettre sur pied un projet, rénover une maison, jouer un rôle intéressant au sein d'une organisation, résoudre un problème de façon particulière...)

1.

2.

3.

4.

5.

Le bénévolat que je pourrais transformer en travail rémunéré

(ex. : accompagnement des personnes âgées ou malades.)

Le type de clientèle à qui j'aimerais offrir des services

(ex. : personnes âgées, personnes à la recherche d'information, entreprises du domaine de la construction, personnes qui souhaitent se divertir....ou apprendre.)

1.

2.

3.

Les domaines qui me plaisent

(ex. : santé, restauration, agriculture, construction, soin aux personnes âgées, magasins, foresterie.)

1.

2.

3.

4.

5.

Les titres d'emploi qui m'attirent

(ex. : secrétaire, réceptionniste, directeur régional, formatrice, opérateur.)

1.

2.

3.

4.

Des loisirs que j'aimerais transformer en travail rémunéré

(ex. : ébénisterie, cuisine, couture.)

1.

2.

Les lieux qui me plaisent

(ex. : bureau, usine, magasin.)

1.

2.

3.

4.

Les intérêts dont je veux tenir compte dans mon emploi

Inventaire (typologie de Holland).

En m'inspirant des textes d'interprétation de mon profil, je décris très brièvement mes intérêts. (ex. : mener des enquêtes, me servir d'outils manuels, vendre des objets, trouver de nouvelles façons de faire les choses, aider les autres à résoudre leurs problèmes.)

Résultat :

R : ___/___ (Réaliste / Métiers)

I : ___/___ (Investigateur / Sciences)

A : ___/___ (Artiste /Arts)

S : ___/___ (Social/ Relation humaines)

E : ___/___ (Entreprenant /Affaire)

C : ___/___ (Conventiionnel / tr. admin.)

Z : ___/___ (Éveilleur)

Mon type dominant : _____

Type secondaire : _____

1.

2.

3.

4.

Préférence (MBTI)

Inventaire « Myers-Briggs »

En m'inspirant des textes d'interprétation de mon profil, je note les caractéristiques ou je me reconnais vraiment.

Mon profil : _____

(les « valeurs » sont inscrites à la page 224)

Contribution à l'entreprise :

Environnement préféré :

Style de leadership :

Organisation et méthode :

Style de management :

Relation avec l'extérieur :

Autre :

Les compétences que j'aimerais faire valoir (fiche 3, fiche I-1)

Compétences génériques (savoir-être) Je note d'abord les plus forts résultats de la fiche I-1, Par la suite, je compare avec les résultats de la fiche 3. De là, je choisis 8 compétences génériques et je donne des exemples concrets où je les ai vécues.

(Exemple : réaliste : dans telle circonstance, j'ai su tenir compte de etc...)

1. _____

Exemple : _____

2. _____

Exemple : _____

3. _____

Exemple : _____

4. _____

Exemple : _____

5. _____

Exemple : _____

6. _____

Exemple : _____

7. _____

Exemple : _____

8. _____

Exemple : _____

Résumé de mon cheminement

Compétences techniques, (fiche 3, et ???) = ce que je suis capable de faire
Savoir Faire (indiquer le niveau de plaisir et de compétence (1= faible/débutant – 2=moyen, 3=élevé, le nombre d'année d'expérience et donner un exemple concret)

1. _____ plaisir : 1 / 2 / 3 année : ____ niveau : 1 / 2 / 3

Exemple : _____

2. _____ plaisir : 1 / 2 / 3 année : ____ niveau : 1 / 2 / 3

Exemple : _____

3. _____ plaisir : 1 / 2 / 3 année : ____ niveau : 1 / 2 / 3

Exemple : _____

4. _____ plaisir : 1 / 2 / 3 année : ____ niveau : 1 / 2 / 3

Exemple : _____

6. _____ plaisir : 1 / 2 / 3 année : ____ niveau : 1 / 2 / 3

Exemple : _____

7. _____ plaisir : 1 / 2 / 3 année : ____ niveau : 1 / 2 / 3

Exemple : _____

8. _____ plaisir : 1 / 2 / 3 année : ____ niveau : 1 / 2 / 3

Exemple : _____

Compétences techniques, (fiche ???) = mes connaissances
Savoir

1. _____ plaisir : 1 / 2 / 3 année : ____ niveau : 1 / 2 / 3

Exemple : _____

2. _____ plaisir : 1 / 2 / 3 année : ____ niveau : 1 / 2 / 3

Exemple : _____

3. _____ plaisir : 1 / 2 / 3 année : ____ niveau : 1 / 2 / 3

Exemple : _____

Critères de décision

En relisant les résultats inscrits dans l'ensemble de la fiche 40, je détermine que mes dix principaux critères pour identifier mes cibles d'emploi sont :

- | | |
|----------|-----------|
| 1. _____ | 6. _____ |
| 2. _____ | 7. _____ |
| 3. _____ | 8. _____ |
| 4. _____ | 9. _____ |
| 5. _____ | 10. _____ |

Je garde en tête qu'une cible d'emploi doit être :

- **Réaliste**
 - **Possible** (j'ai les compétences, capacités)
 - **Rentable** (assez \$ pour moi)
 - **Réalisable** (possible pour région / date)
- **Intéressant** (mes critères et ma personnalité)

Lorsque je considère tous ces résultats, je crois que...

Le **type d'emploi idéal** pour moi est : **PLAN « A »**

Exemple d'endroit possible : _____

Ma **solution de rechange** est : **PLAN « B »**

Exemple d'endroit possible : _____

Dans une **situation de survie**, je considérerais le type d'emploi suivant : **PLAN « C »**

Exemple d'endroit possible : _____

Information pour carte de visite :

Information pour C.V.

Mon profil :

Mes qualités :

Etc.

Information pour préparer mes entrevues :

Parlez-moi un peu de vous : _____

Mes principales forces : (p.229 ou fiche 24 [p.132])

1. _____, 2. _____, 3. _____

Exemple concret :

Mes principales faiblesses : (fiche 24)

1. _____

Comment la présenter : _____

2. _____

Comment la présenter : _____
