

PER-5170-2

Vers un choix professionnel

Guide d'apprentissage



Conception
Nancy Béland, enseignante de français
En collaboration avec Audrey Dupuis, conseillère en orientation

Vers un choix professionnel

Présentation du cours et du guide d'apprentissage

Le cours *Vers un choix professionnel* s'adresse à tout adulte désirant faire le point sur son cheminement professionnel. Le jeune adulte y verra une démarche orientante, cela même s'il a déjà établi son choix professionnel, auquel cas il sera à même de valider rigoureusement son choix et, le cas échéant, ajuster son objectif de formation. Ultérieurement, la démarche proposée dans ce cours se veut un outil pouvant être utilisé tout au long de la vie de l'adulte au moment où, pour une quelconque raison, il en sera à la croisée des chemins sur sa route professionnelle.

Deux compétences

Une démarche d'orientation riche et rigoureuse repose sur les deux compétences suivantes :

- 1- Rechercher des métiers ou des professions;
- 2- Se situer au regard de son orientation professionnelle.

Quatre étapes d'introspection

Ces compétences se composent des quatre étapes qui s'avèrent nécessaires pour qui veut entreprendre sérieusement une démarche d'orientation professionnelle : l'exploration professionnelle, l'analyse de l'information recueillie, la consolidation de son profil professionnel et la prise en considération du réalisme de son choix professionnel.



Ces étapes ne se réalisent pas que de manière séquentielle. Aussi sera-t-il parfois nécessaire de revenir à une étape précédente pour recadrer son choix professionnel.

Les situations d'apprentissage

Le présent cahier d'apprentissage vous guidera étape par étape dans votre cheminement d'introspection professionnelle. Chaque situation d'apprentissage vous situera par rapport à votre démarche.

Vous adonnez de manière rigoureuse et appliquée aux tâches demandées ne rendra votre choix professionnel que plus clair et plus adapté à vous.

Le portfolio

Le portfolio qui accompagne le guide d'apprentissage sera votre meilleur ami durant le cours. C'est en effet grâce à lui que vous pourrez noter les bilans de vos explorations et de vos démarches d'orientation. Votre portfolio sera d'ailleurs évalué au terme de votre démarche. Ce symbole sera utilisé au moment où vous aurez à vous y reporter :



C'est aussi au portfolio que seront consignés les commentaires de votre enseignant et du conseiller en orientation. Ces commentaires contribuent à votre évaluation. Les endroits prévus à cette fin sont identifiés par le symbole suivant :



L'évaluation

Les compétences du cours seront concrètement évaluées par le biais de trois productions attendues :

- 1- Bilan des explorations (grilles, comptes rendus, rencontres, rapport de stage, etc.) ;
- 2- Bilan des démarches d'orientation (plan d'action, réflexion, nouvelles interrogations, etc.);
- 3- Présentation écrite ou orale dans laquelle l'adulte doit justifier son choix professionnel.

En guise de note finale, c'est la mention «Succès» ou «Échec» qui sera octroyée à la fin du cours.

Table des matières

Vers un choix professionnel

Présentation du cours et du guide d'apprentissagep. 2

Situation d'apprentissage 1

Mes facteurs de réalité personnelsp. 6

Situation d'apprentissage 2

Recherche de métiers et de professions..... p. 43

Situation d'apprentissage 3

Exploration professionnelle..... p. 50

Situation d'apprentissage 4

Réalisme.....p. 54

Situation d'apprentissage 5

Plan d'action..... p. 57

Quel est mon code RIASEC? – Bilan p. 60



Situation d'apprentissage 1

Mes facteurs de réalité personnels

Certains moments ou événements de la vie nous forcent à devoir prendre un temps d'arrêt pour réfléchir à nos valeurs, nos choix, nos priorités... Une telle introspection s'impose notamment lorsque vient le temps de penser à notre avenir professionnel.

Dans cette situation d'apprentissage, vous procéderez à l'exploration de vos facteurs de réalité personnels.

But de la situation d'apprentissage (10 heures)

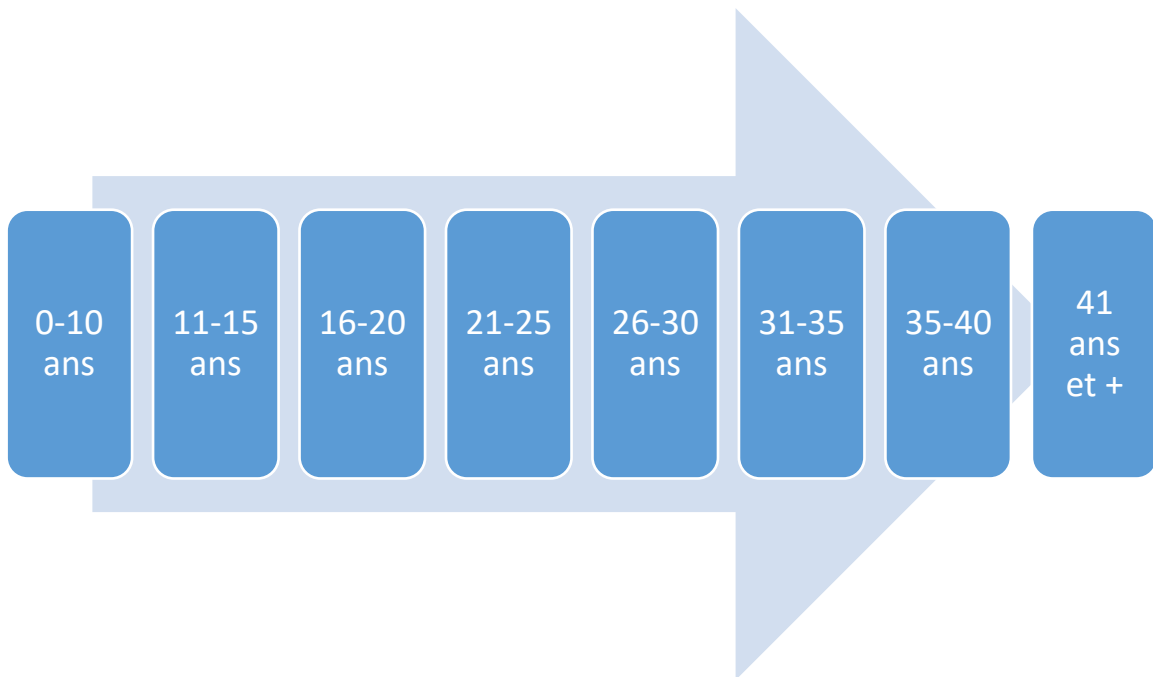
- Réaliser une introspection sur le plan personnel
- Colliger ces données au portfolio

LIGNE DE VIE

L'activité préparatoire suivante a pour objectif de vous faire réfléchir par rapport à diverses expériences de votre vie, qu'elles soient positives ou négatives. Elles peuvent être en lien avec votre vie scolaire, votre choix de carrière ou tout autre domaine important pour vous (p.ex. vie familiale, activités sportives, etc.).

- 1) Dans un premier temps, vous devrez indiquer les expériences marquantes choisies sur la ligne de vie. Au-dessus de la ligne de vie, vous indiquez les événements positifs, alors que les éléments négatifs sont inscrits en dessous de la ligne. Une fois l'expérience inscrite dans la bonne section, vous le reliez à la tranche d'âge à laquelle cette expérience est associée.

Expériences positives



Expériences négatives

2) Ensuite, vous devez sélectionner une expérience positive et une expérience négative et faire un résumé de la situation. Votre texte doit inclure des éléments qui vous ont affecté et les leçons que vous retenez de cette expérience.

Expérience positive : _____

Expérience négative : _____

1- Test de psychométrie

Une démarche d'orientation ne passe pas sans une première rencontre individuelle avec un conseiller en orientation. Il vous faut amorcer cette étape par un premier rendez-vous avec ce professionnel.

Prenez donc un rendez-vous tout de suite avec le conseiller en orientation de votre Centre; dites-lui que vous êtes en démarche d'orientation et que vous souhaitez passer un test de psychométrie. Ce test permet d'évaluer vos capacités cognitives, votre personnalité et vos comportements. Il s'agit d'un bon point de départ.



Dès que le conseiller en orientation vous aura donné les résultats de votre test, consignez-les à votre portfolio dans le tableau *Facteurs de réalité personnels*

2- Mes intérêts

Un intérêt est ce qui vous pousse vers quelque chose, un penchant, un goût marqué pour un genre d'activité. C'est ce qui vous plaît, ce qui vous attire, c'est une préférence vécue.

Il existe un outil permettant de catégoriser les types de personnalité, basé notamment sur les intérêts et les traits de personnalité. Il s'agit du test Holland, créé par le Dr. John L. Holland pour aider les gens en

démarche d'orientation. Holland en est arrivé à classer les types de personnalité selon six grandes catégories : réaliste, investigateur, artistique, social, entreprenant et conventionnel. Chacun d'eux vous est décrit dans les encadrés suivants.



RÉALISTE (R)

Efficace dans la solution de problèmes d'ordre pratique, le type Réaliste peut relever des défis sur ce plan avec adresse et ingéniosité. C'est souvent son esprit pragmatique et sa belle débrouillardise qui épatent son entourage. Il connaît du succès dans ce qui peut être fabriqué, manié, démonté ou assemblé. Il n'est pas rare de le voir s'intéresser à la mécanique, l'électronique, l'informatique, le dessin technique. Il a besoin d'être impliqué physiquement dans ce qu'il fait. Il possède plus d'énergie lorsqu'il travaille à l'extérieur ou du moins lorsqu'il doit se déplacer dans l'accomplissement de ses tâches. Les activités scientifiques peuvent lui plaire, mais comme il préfère l'application pratique à la théorie, le secteur technique ou la recherche appliquée correspondra plus à ses goûts. Il aime s'attarder au comment et au pourquoi du fonctionnement mécanique des choses ainsi qu'à l'organisation des données concrètes utilisant des principes logiques.

INVESTIGATEUR (I)

Ce qui caractérise le type Investigateur, c'est son grand désir de connaître. Ses valeurs sont nettement intellectuelles. Son ambition est grande et sa motivation est toujours forte. Il vise l'excellence plus que tous les types de personnalité. Il est résolument orienté vers la solution de problèmes abstraits. Doté d'un esprit logique, d'un sens critique sûr, il procède avec persévérance et méthode à l'accumulation de connaissances. C'est un esprit indépendant qui cherche souvent à s'isoler mentalement et sur le plan affectif. Il déteste les mondanités et les discussions vides de sens. Il n'aime pas les situations trop structurées ni les règles trop nombreuses. Les contraintes de temps et un encadrement professionnel strict l'indisposent. Ses intérêts dominants sont liés au secteur des sciences. On y sent toujours la présence de son esprit ingénieux et créatif. Les compétences associées à la technologie de pointe ou à des techniques très sophistiquées l'intéressent aussi.

ARTISTIQUE (A)

Ce type est habituellement intéressé par de nombreux modes d'expressions artistiques: le théâtre, le cinéma, la peinture, la sculpture, l'écriture, la poésie, la littérature, la musique, la décoration, l'art oratoire, etc. La créativité qu'il y manifeste suscite l'admiration. Il peut y trouver plus facilement des occasions de communiquer ses idées et ses états d'âme, ce qu'il recherche par-dessus tout. Ce type se caractérise par son esprit inventif et sa facilité à utiliser son imagination pour créer sons, formes, couleurs, mouvements ou textes tous plus originaux les uns que les autres. Ce rêveur, imaginatif, émotif, idéaliste, un peu bohème, recherche le changement, l'aventure, la nouveauté. Sa phobie de la routine influe souvent sur ses choix d'activités professionnelles. Il aime suivre ses intuitions et ses impulsions sans inhibition. Peu conformiste, peu conventionnel, il peut être désinvolte et se soucier peu des convenances. Son attachement à la liberté d'action et d'expression est prononcé.

SOCIAL (S)

Le type Social est intéressé par les activités favorisant le contact avec les autres, principalement celles permettant de mieux les comprendre et de leur venir en aide. Il possède un sens profond du respect d'autrui et du dévouement. Sa sollicitude, ses attentions, sa grande prévenance lui attirent facilement la sympathie des autres. Il préfère régler les problèmes par la discussion ou par l'amélioration des rapports entre les individus. Il cherchera à accueillir ouvertement les gens. Il lui sera facile de les accepter, quels que soient leurs caractéristiques et leurs problèmes. Il aime vivre en harmonie et travaille à répandre la bonne entente autour de lui. Son code de conduite est plein de bonnes règles, de normes, de principes. Il est attiré par les domaines qui demandent à la fois un intérêt actif pour les personnes et une attention systématique aux détails. Les conseillers, les éducateurs, les thérapeutes sont souvent de ce type.

CONVENTIONNEL (C)

Le type Conventionnel manifeste une grande prudence et une grande discrétion dans ses actes et ses paroles. Il s'avère un confident aimable et réservé, qui saura vous écouter avec patience. Chez lui, la première source de motivation c'est de bien vivre la simple réalité quotidienne. A cause de son besoin de sécurité, il s'accommode très bien d'une vie tranquille. Il n'aime pas les situations ambiguës, les changements trop rapides, l'imprévu. Il préfère, au contraire, prendre ses précautions et raffole des situations prévisibles, structurées, à l'intérieur desquelles les règles sont claires. Il est sérieux et consciencieux dans son travail. On y souligne souvent son grand sens du devoir et sa stabilité. Ce type, d'une grande retenue, ne cherche pas à compétitionner ni à occuper des fonctions comportant de grandes responsabilités. Il préfère les activités dans lesquelles il se montre attentif, méthodique, soigné et précis. Il s'accommode d'un travail sédentaire avec efficacité et une grande persévérance.

ENTREPRENANT (E)

Personnage dynamique et déterminé qui voit grand et qui sait s'imposer. Il ne craint pas les défis. Enthousiaste, consciencieux et persévérant, c'est un fonceur inflexible possédant une bonne estime de lui-même. Bon meneur et promoteur de projets, il sait convaincre les autres d'adhérer à ses causes. Son esprit mathématique lui sert à évaluer rapidement la rentabilité d'une proposition et à investir dans des combinaisons gagnantes. Il est peu porté à entretenir des rapports sentimentaux avec son entourage. C'est un être habile en société. Il ne craint pas la compétition et les défis. Sa recherche de visibilité, de prestige et de pouvoir le pousse à agir. Il aime la notoriété que peut lui fournir le succès. Selon lui la vie est une lutte pour le pouvoir. Il faut se battre, car c'est le plus fort qui l'emporte. Le type Entreprenant est très intéressé par la gestion des affaires et les activités économiques. Attiré par le gain, il ne déteste pas vendre et il possède généralement les qualités pour le faire.

Bien entendu, plus d'un type de personnalité peut être associé à une même personne. Ainsi, même si l'un d'eux domine chez elle, il est fort probable que ce soit l'association et l'ordre de ses trois premiers types de personnalité qui soient déterminants quant à son choix professionnel.

Bien que vous ayez déjà peut-être une idée de vos types de personnalité, vous êtes invités à réaliser le test Holland. Cela vous permettra de confirmer vos idées ou de d'effectuer des découvertes sur vous...

Test : QUEL EST MON CODE RIASEC?

- a) Cochez les énoncés qui s'appliquent à vous pour chacune des catégories présentées.

Si vous ne comprenez pas certains termes utilisés, n'hésitez pas à consulter un site ou un ouvrage de référence ou encore votre enseignant.



Intérêts et activités

- Conduire un camion ou un tracteur
- Faire des recherches scientifiques pour satisfaire ma curiosité
- Enseigner aux enfants, aux adolescents, aux adultes
- Travailler à l'extérieur
- Vendre un produit ou une idée
- Écrire des critiques de pièces de théâtre, de films, de livres, etc.
- Faire un inventaire et passer des commandes
- Faire de la photographie artistique ou publicitaire
- Planifier des soins ou des traitements à donner à des patients
- Faire de la sélection de candidats
- S'occuper des personnes handicapées, physiquement ou mentalement
- Travailler avec des animaux et en prendre soin
- Réparer des automobiles
- Concevoir et réaliser des aménagement de fleurs
- Expérimenter de nouvelles cultures végétales
- Garder mon espace de travail à l'ordre
- Tenir une caisse dans un établissement commercial ou financier
- Faire de la politique
- Rencontrer des gens pour les aider à résoudre leurs problèmes personnels

- [] Échanger des idées avec d'autres personnes
- [] Suivre un cours de dessin mécanique
- [] Donner des conférences
- [] Mettre sur pied son propre commerce
- [] Écrire des romans, des articles de journaux
- [] Faire des expériences sur le comportement des animaux
- [] Concevoir un barrage électrique, un pont, une autoroute, etc.
- [] Maintenir un système de classement
- [] Aider les délinquants à se réhabiliter
- [] Faire des recherches sur les civilisations anciennes
- [] Jouer dans un orchestre
- [] S'engager dans des organismes sociaux ou communautaires
- [] Effectuer des tâches clairement définies
- [] Travailler avec de la machinerie
- [] Lancer un concours de promotion, une campagne de publicité
- [] Préparer des procès verbaux de réunions
- [] Apprendre des langues

Aptitudes

- Sens esthétique []
- Sens de l'observation []
- Imagination et fabrication d'images []
- Sens de la finition et de la minutie []
- Capacité d'intervention auprès des gens []
- Facilité à s'exprimer []
- Souci de la présentation []
- Sens du classement de données []

- Sens de l'initiative et de l'organisation []
- Capacité de perception spatiale []
- Capacité d'analyse et de synthèse []
- Sens du service []
- Facilité à déterminer des objectifs []
- Rapidité d'exécution []
- Dextérité manuelle []
- Talent particulier pour la création []
- Sensibilité personnelle []
- Intelligence abstraite []
- Esprit critique []
- Sens de l'initiative et de l'organisation []
- Facilité à entretenir des relations []
- Tolérance à l'insécurité []
- Facilité à travailler en équipe []
- Facilité à persuader les gens []
- Capacité d'utiliser des outils, des objets et des machines []
- Capacité de lire des plans []
- Facilité à comprendre et exécuter des instructions []
- Travail avec précision []
- Facilité en mathématiques et en sciences []
- Sens des affaires []

Traits de personnalité

[] Objectivité

[] Tolérance

- Endurance
- Optimisme
- Constance
- Imagination
- Flexibilité
- Ambition
- Organisation
- Compréhension
- Conscientieux
- Débrouillardise
- Curiosité
- Franchise
- Logique
- Sympathique
- Persuasion
- Sensibilité
- Indépendance
- Patience
- Tolérance
- Efficacité
- Endurance physique
- Bienveillance
- Originalité
- Leadership
- Respect de l'autorité
- Méthodique
- Communication

Bilan

Consultez l'annexe de ce guide d'apprentissage pour effectuer le bilan de votre test.



Consignez votre code RIASEC au tableau *Facteurs de réalité personnels* de votre portfolio!

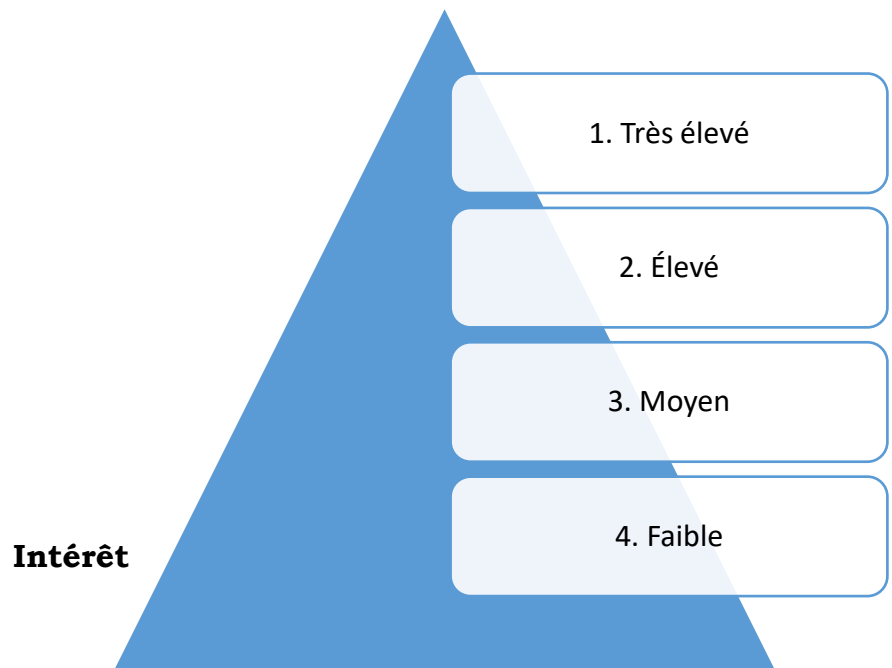
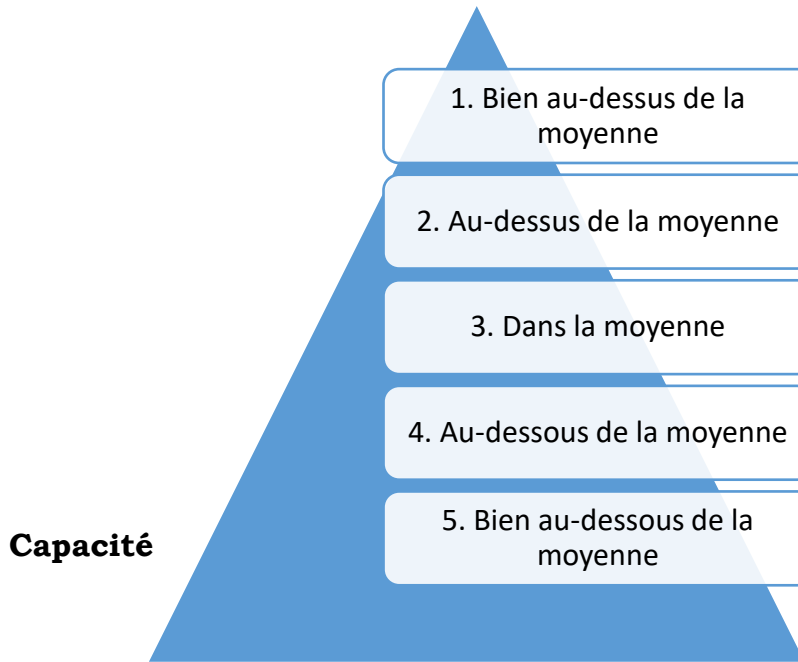
3- Mes aptitudes

On définit une aptitude comme une disposition, une capacité ou une facilité particulière que l'on possède pour acquérir facilement le savoir-faire nécessaire à l'accomplissement d'une tâche ou d'une fonction de travail.

Il arrive toutefois que capacité ne rime pas avec intérêt. Par exemple, un premier de classe en mathématique ne se dirige pas forcément dans ce domaine. De même, un élève qui adore les animaux ne pourra pas se diriger en médecine vétérinaire s'il n'a pas d'excellents résultats scolaires. L'exercice qui suit vous permettra justement de faire la part des choses entre ce que vous aimez et ce que vous pouvez faire.

Pour chaque énoncé, évaluez sur une échelle de 5 votre intérêt et votre capacité envers l'aptitude

Il est encore ici important d'assurer de bien comprendre les énoncés avant de vous prononcer; cela peut influencer votre vie professionnelle après



Aptitude	Définition	Capacité	Intérêt
Goût de l'action	Esprit d'initiative, persévérance, sens des responsabilités, enthousiasme.		
Initiative	Agir de façon autodéterminée, sans y avoir été contraint par les faits, saisir les occasions. Trouver l'information nécessaire et faire sensiblement plus que ce qui est demandé.		
Orientation vers le résultat	Fixer et réaliser des objectifs ambitieux, trouver des solutions meilleures ou plus efficaces et se mesurer à ses propres critères d'excellence.		
Persévérance	Persévérer dans une tâche difficile, malgré les obstacles ou les refus.		
Résistance	Faire face aux épreuves, aux échecs. Dépasser les découragements et orienter rapidement son action de manière positive.		
Aisance relationnelle	Établir facilement des contacts. Développer et entretenir un réseau de contacts capable de fournir des informations, de l'aide ou des introductions.		
Communication	Aptitude à se présenter, maîtriser son expression verbale et non verbale. Sens des contacts humains.		

Aptitude	Définition	Capacité	Intérêt
Intuition relationnelle	Comprendre et interpréter les préoccupations des autres, leurs sources de motivation, leurs sentiments, ainsi que reconnaître leurs qualités et leurs défauts.		
Relations interpersonnelles	Percevoir l'état émotionnel d'autrui. Remarquer et comprendre un comportement non verbal. Décrire sa perception des besoins et objectifs d'autrui.		
Sens politique	Comprendre les relations de pouvoir et d'influence dans les organisations. Identifier les centres de décision et les personnes clefs.		
Souci de l'impact personnel	Préoccupation au niveau des conséquences sur les autres de ses actions, de ses paroles, de son apparence et de son comportement. Cela se traduit par une tendance à calculer par avance ses paroles et ses actions pour parvenir au résultat souhaité.		
Talent de persuasion	Convaincre les autres par des arguments logiques, en faisant ressortir les avantages de sa proposition et en utilisant un vocabulaire adapté à l'auditoire.		

Aptitude	Définition	Capacité	Intérêt
Stratégies d'influence	Manœuvrer avec subtilité pour influencer les autres ou gagner leur soutien		
Confiance en soi	Avoir confiance en ses propres talents, capacités et jugements. Se reflète souvent dans la manière de se présenter avec l'énergie et la détermination qui impressionnent.		
Créativité	Inventer des produits nouveaux. Réaliser une tâche de manière originale.		
Enthousiasme	Positiver le quotidien, envisager l'action comme un moyen de se réaliser		
Esprit de décision	Opérer un choix au moment opportun en tenant compte des arguments pour et contre, et s'y tenir		
Exigence	Rechercher l'excellence pour soi et pour les autres et la reconnaître		
Contrôle de soi	Maîtriser ses émotions face à l'opposition ou l'hostilité des autres, ou dans des conditions de stress		
Rigueur	Agir en respectant un cadre ou des règles prédéfinies		
Souci de l'ordre	Assurer la précision, la qualité du travail et de l'information. Porter attention aux détails.		

Aptitude	Définition	Capacité	Intérêt
Souplesse	Adaptation au changement, perception de l'intérêt d'opinions différentes. Ajustement de ses positions et stratégies aux idées nouvelles ou aux changements de situation		
Ténacité	Essayer différentes stratégies pour résoudre un problème, faire preuve de persistance		
Animation d'une équipe	Développer la coopération et le travail en équipe, rechercher la contribution de chacun au moyen d'encouragement et d'un traitement équitable		
Prévision	Se projeter dans l'avenir et se positionner en conséquence		
Diriger	Utiliser le pouvoir lié à la position de façon efficace et appropriée pour fixer des objectifs, organiser ou prendre en charge un groupe ou une activité		
Esprit d'équipe	Réaliser correctement sa part de travail en partenariat avec les autres membres d'un groupe ou d'un service afin d'atteindre un objectif commun		
Sens du client	Rechercher la satisfaction des besoins des clients en offrant le meilleur service possible		

Aptitude	Définition	Capacité	Intérêt
Curiosité	Être ouvert aux événements extérieurs et aux nouveautés. Saisir toute opportunité pour enrichir ses connaissances et sa réflexion.		
Capacité d'écoute	S'oublier pour entendre et comprendre l'autre. Être ouvert aux préoccupations d'autrui pour comprendre son point de vue, son argumentation.		
Sens de l'organisation	Planifier des tâches, considérer les différentes possibilités avant d'entreprendre quelque chose, établir les priorités parmi plusieurs tâches		
Esprit critique	Repérer des similitudes ou des différences entre les situations. Poser un jugement de valeur en détectant les points forts et les points faibles. Établir la véracité et la fiabilité d'une information.		
Expression écrite	Structurer des phrases et des paragraphes écrits pour se faire comprendre. Rédiger des textes.		
Expression orale	Assembler des mots et phrases pour se faire comprendre à l'oral. Faire un discours, un exposé oral.		
Aptitude numérique	Faire rapidement des calculs exacts		

Aptitude	Définition	Capacité	Intérêt
Attention sélective	Se concentrer sur une tâche sans se laisser distraire, même si elle est ennuyeuse		
Aptitude verbale	Comprendre le sens des mots et des idées. Saisir le sens des phrases et des paragraphes. Exprimer ses idées de manière claire.		
Capacité d'abstraction	Modéliser, simuler et prévoir, notamment à l'aide d'outils informatiques		
Classement d'informations	Suivre une règle pour classer des objets ou actions selon un ordre précis		
Compréhension écrite	Comprendre les phrases et paragraphes écrits en lisant. Lire des livres, articles, textes divers		
Esprit d'analyse	Établir des relations de cause à effet. Reconnaître les caractéristiques d'une situation ou d'un problème.		
Esprit de synthèse	Regrouper des éléments en fonction de caractéristiques communes. Les mettre en ordre, au besoin.		
Capacité d'adaptation	Trouver des réponses appropriées à des demandes et situations nouvelles ou imprévues		
Flexibilité cognitive	Classer des objets ou actions selon des critères différents		

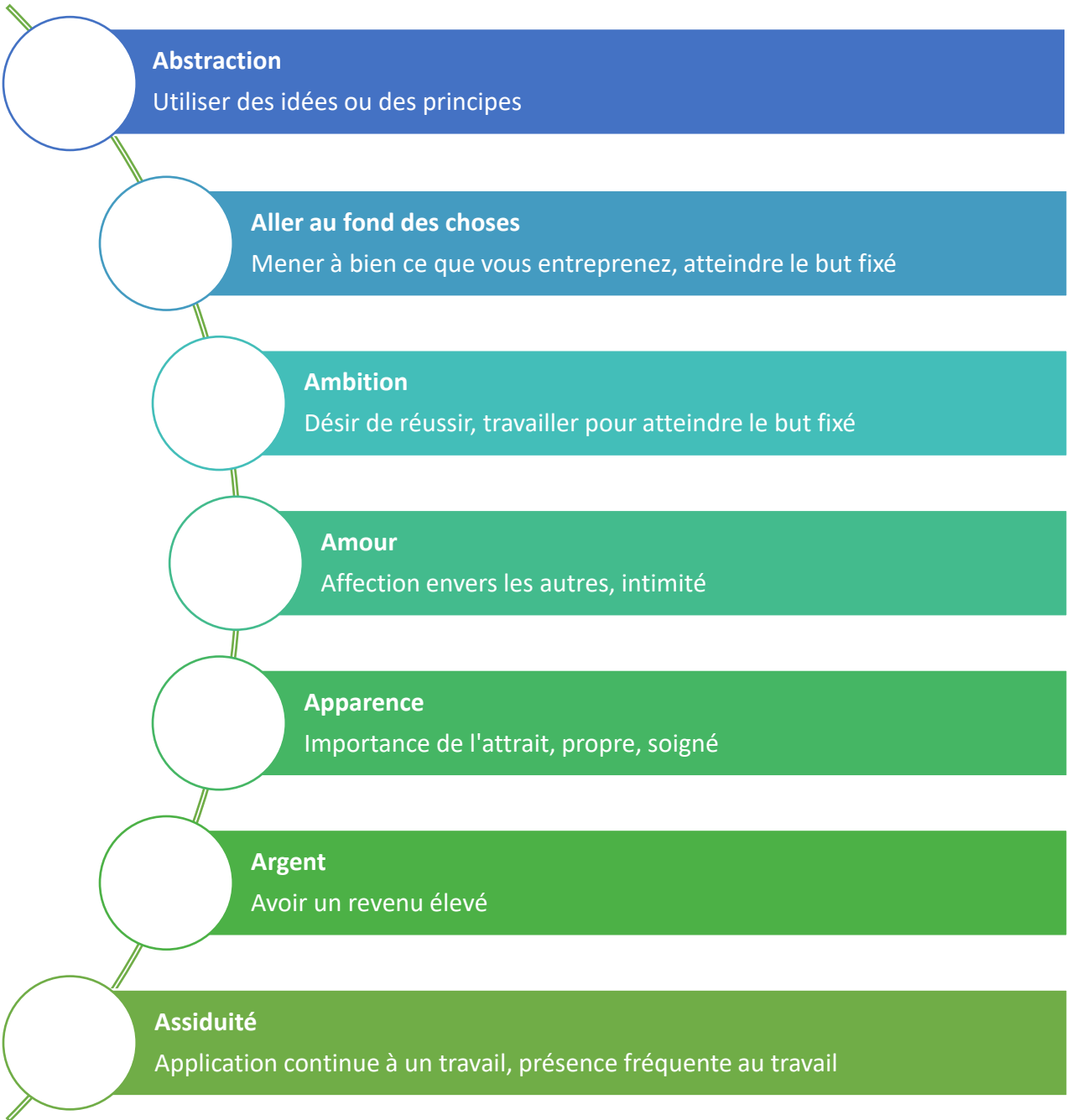
Aptitude	Définition	Capacité	Intérêt
Mémorisation	Se souvenir d'informations ou d'événements, par exemple numéro de téléphone, noms, visages, etc.		
Raisonnement analytique	Analyser les situations avec logique et méthode pour construire un plan d'action, identifier les conséquences		
Raisonnement mathématique	Comprendre un problème et sélectionner une méthode ou une formule pour le résoudre		
Coordination motrice	Coordonner la vue et le mouvement des mains et doigts pour effectuer des mouvements rapides et précis		
Dextérité manuelle	Mouvoir les mains avec adresse, utiliser ses mains pour travailler		
Orientation spatiale	Se situer par rapport à la position d'objets en mouvements, par exemple lors de la conduite		
Perception spatiale	Se représenter un objet ou une pièce à partir d'un dessin		
Visualisation	Imaginer l'apparence future d'un objet qui sera modifiée en formant une image mentale		

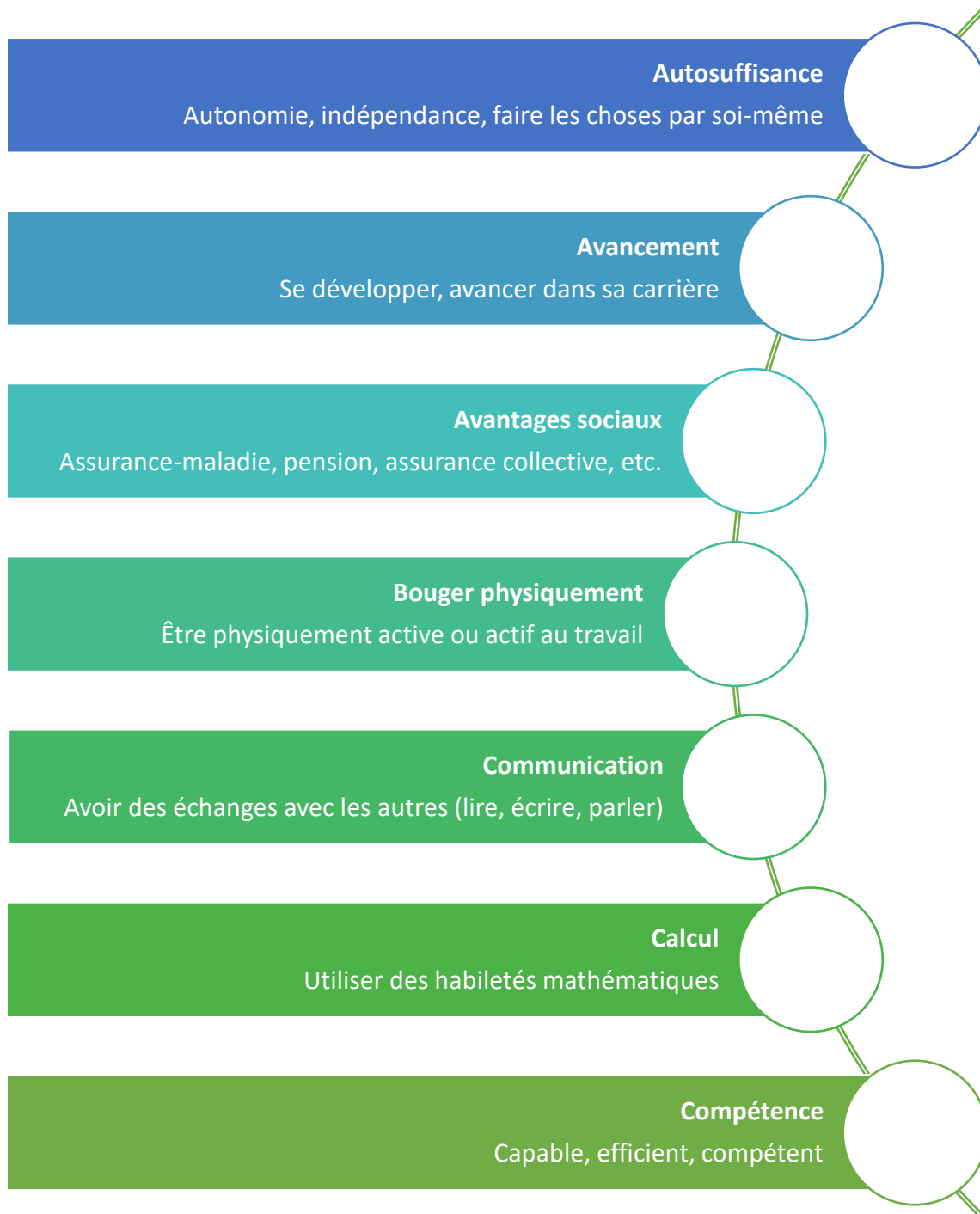
Vous avez pris connaissance et donné une note à plusieurs aptitudes, autant au niveau de votre intérêt que de votre capacité. Lisez ces aptitudes à nouveau et parmi celles à laquelle vous avez donné la note de 1, choisissez les 10 aptitudes qui présentent le plus d'intérêt pour vous, et les 10 aptitudes où vous pensez être le meilleur.

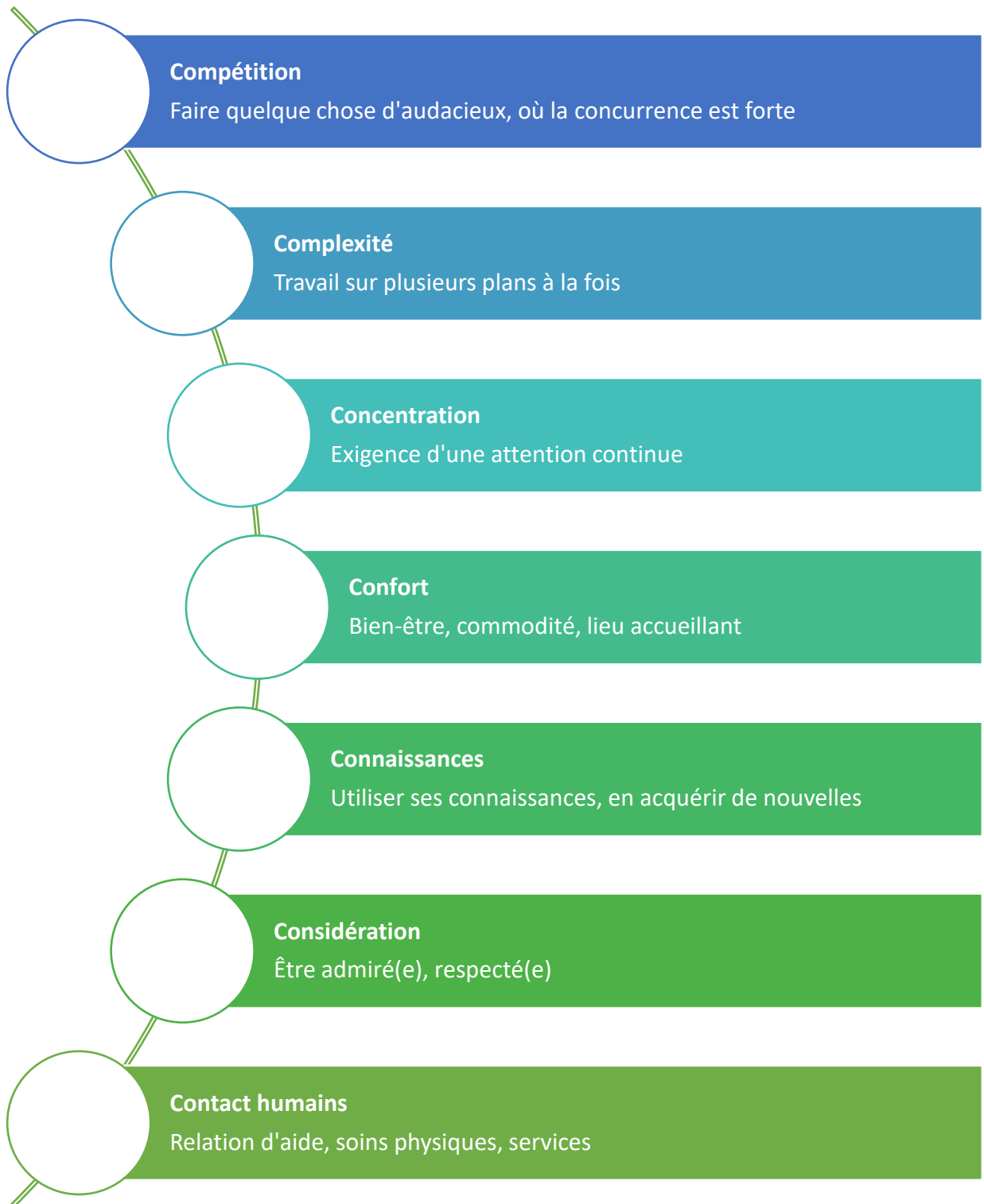
qui ne sont pas en harmonie avec vos valeurs personnelles vont créer des conflits difficiles à résoudre. Lorsque vous savez à quoi vous en tenir au sujet de vos valeurs, il est plus facile de faire un choix. Vos valeurs, c'est ce que vous croyez important et essentiel, ce sont les règles que vous vous donnez, les grands principes de votre vie.

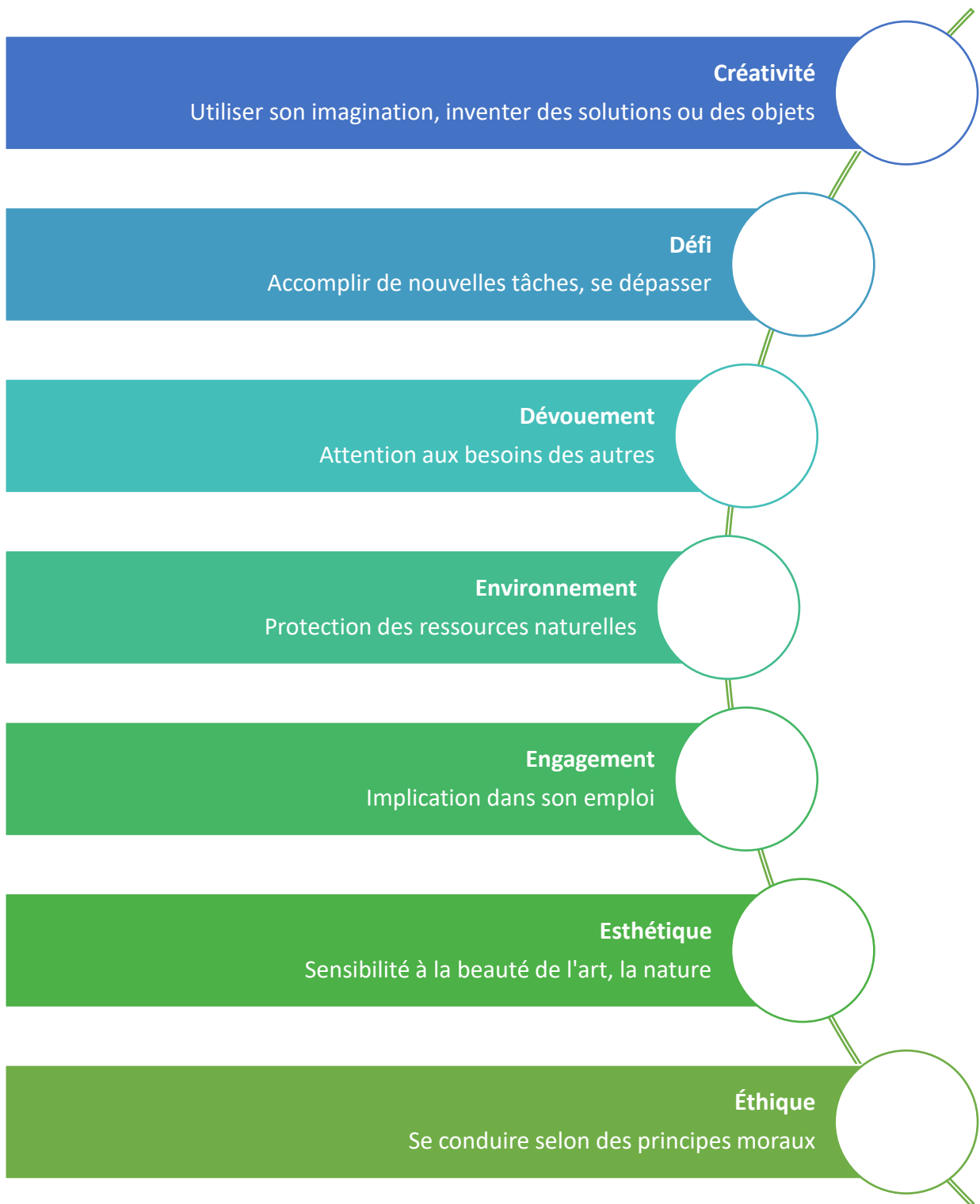
Les valeurs sont importantes à considérer lorsqu'on veut faire un choix de carrière.

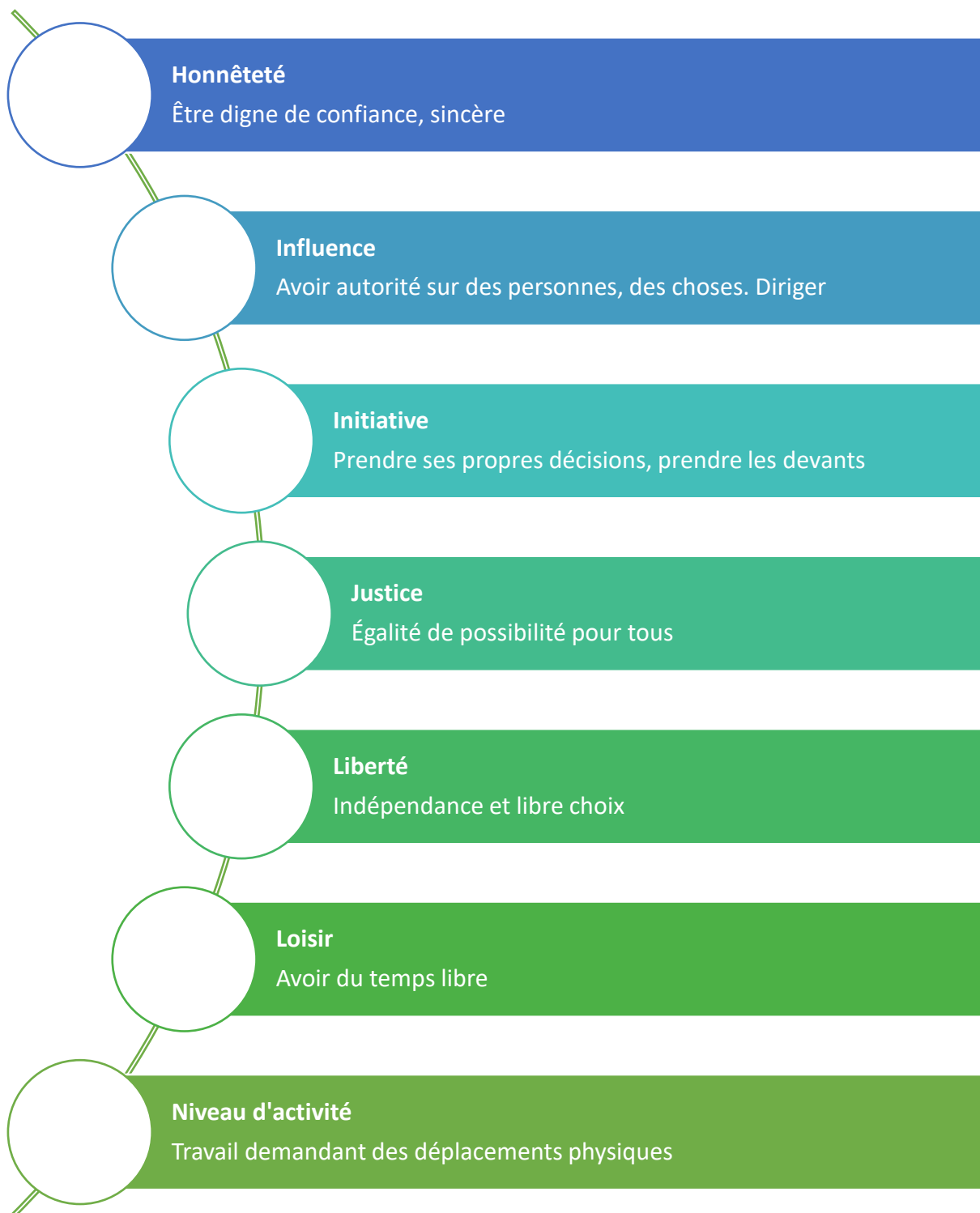
Dans l'activité qui suit, cochez les valeurs qui sont importantes à vos yeux.

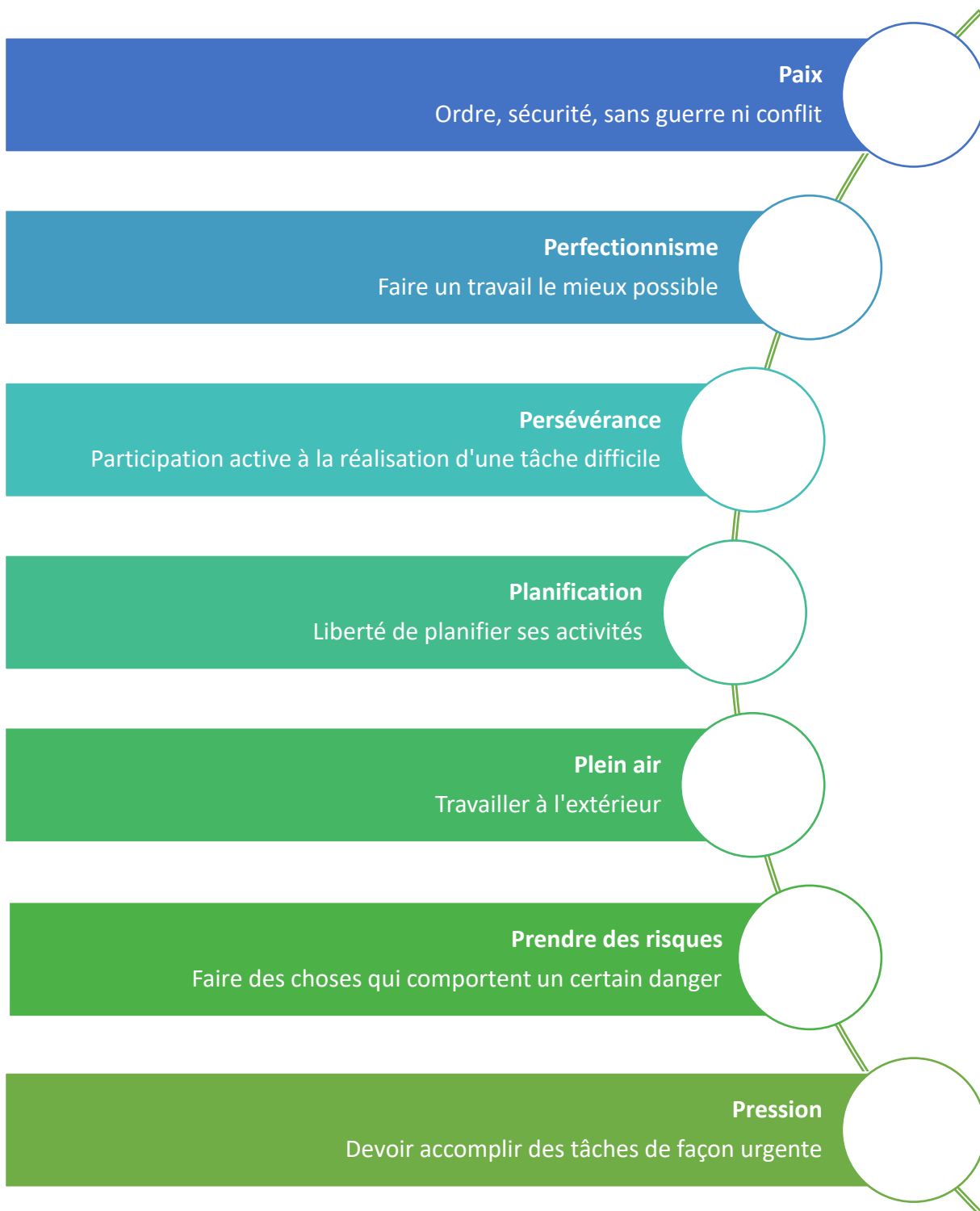


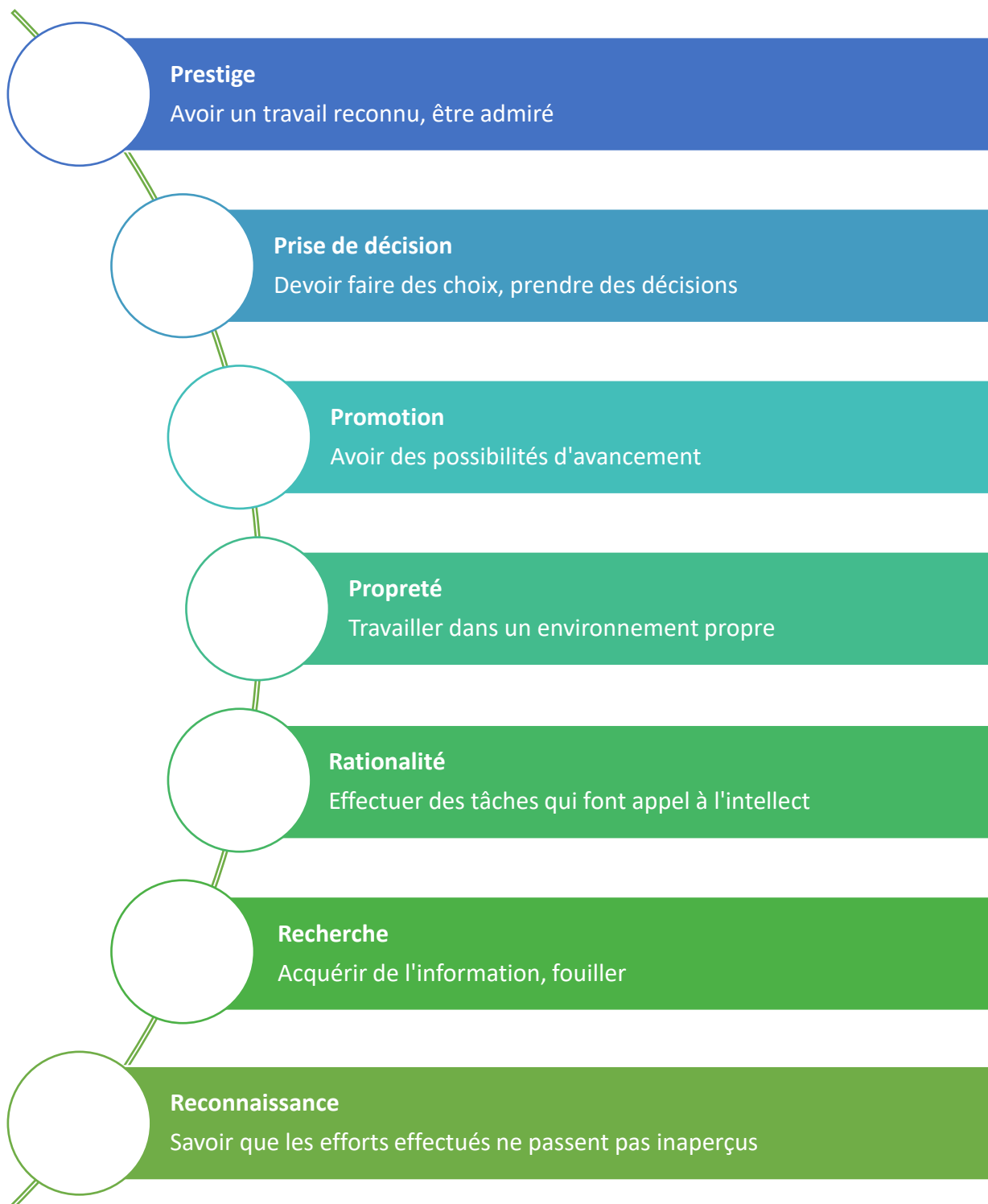


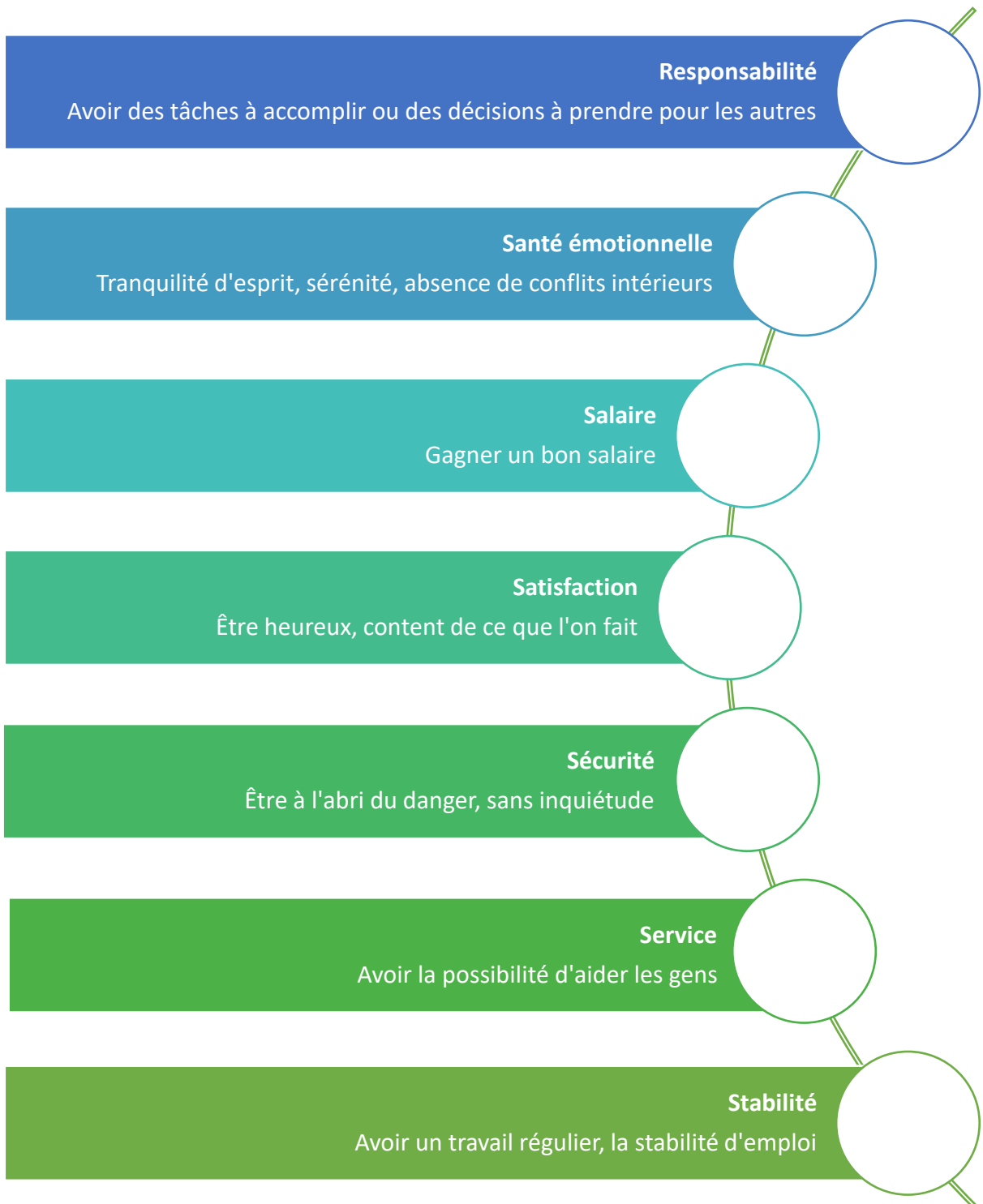


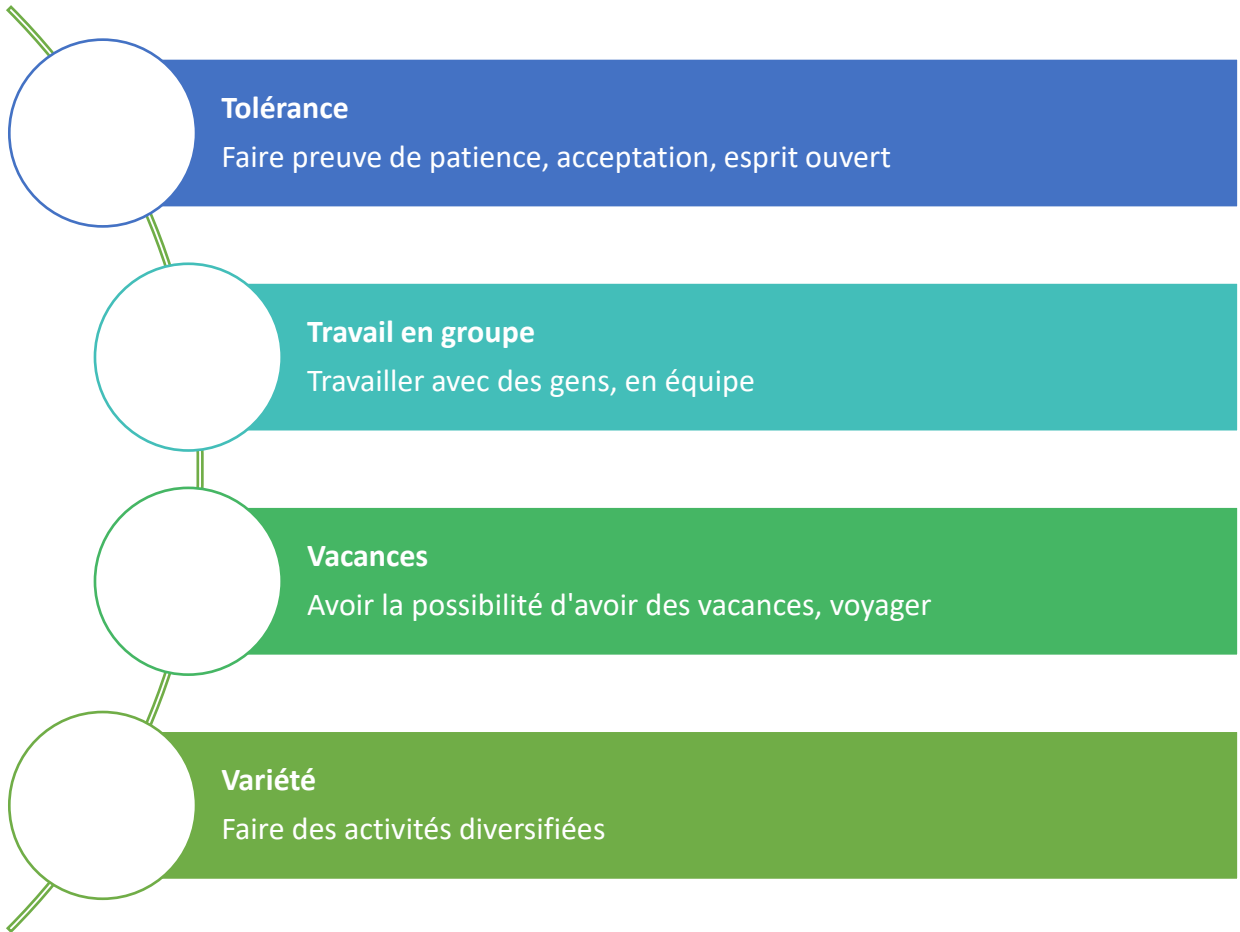




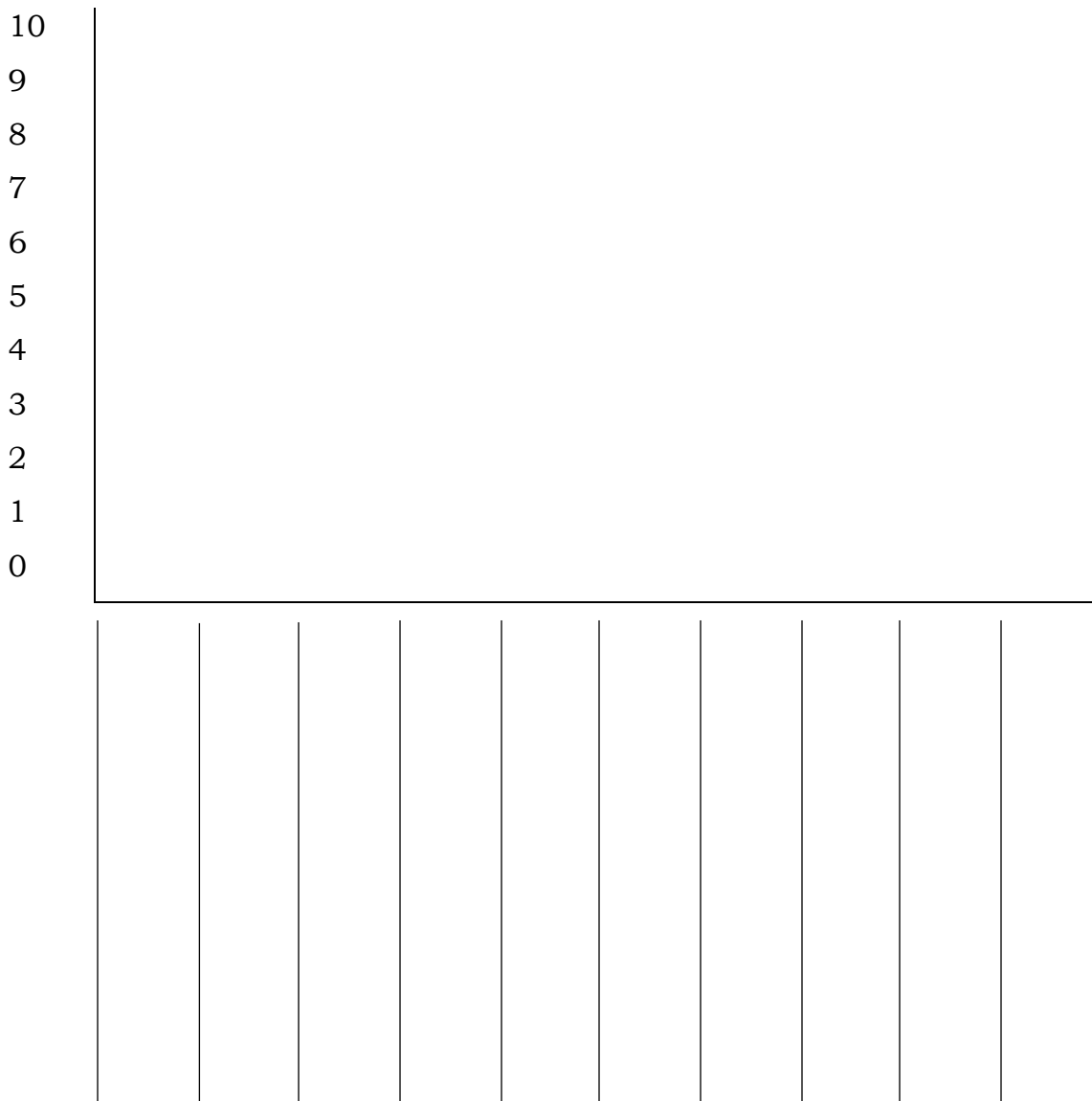








Pour la seconde partie de l'activité, vous devez choisir, parmi les valeurs sélectionnées auparavant, les dix qui sont les plus importantes pour vous. À l'aide du graphique ci-dessous, indiquez l'importance de ces valeurs pour vous, sur une échelle de 1 à 10.



Consignez ces 10 valeurs et l'importance accordée au tableau *Facteurs de réalité personnels* de votre portfolio

5- Autres facteurs reliés à la connaissance de soi

D'autres facteurs peuvent jouer un rôle dans le choix d'un métier ou d'une profession :

- les conditions de travail que l'on souhaite :
 - À l'intérieur/à l'extérieur
 - Horaires fixes/flexibles
 - Avantages sociaux
 - Sûreté
 - Congés

- nos aspirations personnelles :
 - Famille
 - Maison
 - Voiture
 - Voyages

- nos aspirations professionnelles :
 - Salaire
 - Promotions
 - Prestige
 - Reconnaissance

- nos capacités physiques :
 - Travailler debout/assis longtemps
 - Lever des charges lourdes
 - Voir de loin
 - Dextérité



Pour ces aspects, vous êtes invité à compléter le tableau sur la connaissance de soi.

6- Autres facteurs de réalité personnels

Il faut tenir compte de d'autres aspects que la connaissance de soi dans sa démarche d'orientation professionnelle. Les obstacles personnels, l'influence de l'entourage, les éléments de persévérance et l'expérience de vie ont aussi leur influence.



Rendez-vous aux tableaux traitant de ces thèmes pour y inscrire vos réflexions.

Réinvestissement

Pour aller plus loin...

Cette situation d'apprentissage vous a amené à faire une introspection de vos facteurs de réalité personnels lors d'une démarche d'orientation professionnelle. À présent, faites un bilan des commentaires que vous avez effectués.



Répondez à la question de réflexion sur vos facteurs de réalité personnels.



Situation d'apprentissage 2

Recherche de métiers ou professions

Fort de votre introspection, vous en êtes à explorer l'univers des métiers et professions. Cette situation d'apprentissage vous fournira les outils pour procéder de manière rigoureuse à cette étape de rechercher et de découverte.

But de la situation d'apprentissage (15 heures)

- Procéder à une recherche de métiers et de professions
- Choisir huit métiers ou professions à explorer
- Colliger données et réflexions au portfolio

Facteurs prioritaires

Il vous faudra ici déterminer les facteurs de réalité personnels qui guideront votre recherche de métiers ou de professions à explorer.



Vous en êtes à l'étape de la recherche de métiers et de professions correspondant à vos facteurs de réalité personnels. Divers outils et démarches vous sont ici proposés à cette fin.

1- Première étape exploratoire

Comme première étape, nous vous invitons à vous rendre sur www.toutpoureussir.com pour effectuer l'Orientest. Cela vous permettra de réaliser une première sélection de métiers et de professions en fonction des réponses que vous aurez fournies. Par contre, il se peut que les résultats n'aient pas de sens pour vous; voyez ce test comme un exercice pour commencer à réfléchir.

Après chaque section de l'Orientest, observez les résultats et explorez-les. Faites une lecture attentive de chaque métier et prenez le temps de lire la fiche complète de chaque métier ou profession.

Parmi tous les métiers et professions ressortis de l'Orientest, sélectionnez-en trois qui vous intéressent.



Consignez puis justifiez brièvement ces choix au tableau des résultats de l'Orientest.

2- Ressources documentaires

Les tests, bien qu'ils peuvent nous guider, ne détiennent pas la vérité infuse. C'est pourquoi il s'avère utile de consulter d'autres ressources documentaires.

a) Internet

Internet regorge de sites destinés à l'exploration professionnelle. Voici quelques sites où vous pourrez trouver une foule d'informations et même des métiers et professions dont vous ne connaissiez pas l'existence :

- Inforoute de la formation professionnelle et technique (www.inforoutefpt.org);
- Jobboom (www.jobboom.com/fr) ;
- Mon emploi (www.monemploi.com);
- Orientation pour tous (www.orientation-pour-tous.fr) ;
- Portail du réseau collégial du Québec (lescegeps.com);
- Tout pour réussir (www.toutpoureussir.com).

Explorez ces ressources web pour découvrir métiers et professions à votre image!



Portfolio

S'il y a lieu, notez vos découvertes.

b) Les guides

Les ouvrages *Guide choisir* et *Guide pratique des études collégiales* regroupent l'ensemble des formations professionnelles et techniques. Référez-vous-y pour explorer d'autres possibilités de métiers et professions.



Portfolio

S'il y a lieu, notez vos découvertes.

3- Les journées Carrières ou Portes ouvertes

Plusieurs établissements d'enseignement offrent des journées Carrières ou Portes ouvertes notamment à l'automne, et ce, dans diverses régions du Québec. Si cela vous est possible, voilà une belle occasion d'explorer métiers et professions!

Informez-vous auprès de votre conseiller en orientation pour connaître la date et l'emplacement de telles journées dans votre ville ou dans votre région. Peut-être même que le conseiller en orientation a déjà prévu de telles visites avec d'autres élèves de votre Centre.



S'il y a lieu, notez vos découvertes.

4- Le conseiller en orientation

Si vos recherches exploratoires n'ont pas porté fruit ou que vous voulez valider vos choix, le conseiller en orientation peut vous faire passer d'autres tests d'orientation. Ces derniers sont plus poussés et personnalisés que l'Orientest. Pour ce faire, prenez rendez-vous avec le conseiller en orientation de votre Centre.



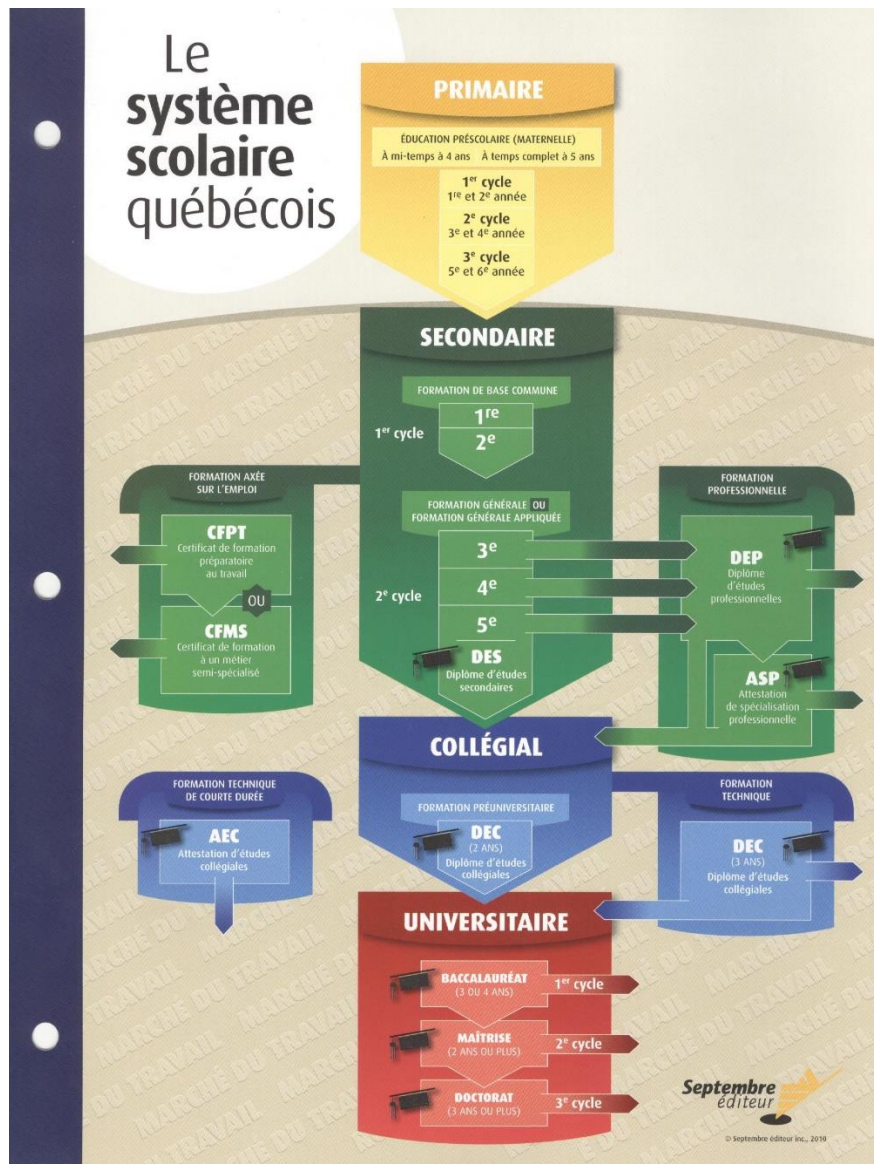
S'il y a lieu, notez vos découvertes.

5- Préparation à l'exploration professionnelle

a) Facteurs de réalité scolaires

Vous vous apprêtez maintenant à explorer huit métiers ou professions de manière plus approfondie. Lors de cette étape, vous devrez relever la formation nécessaire pour le métier ou la profession à explorer.

Le schéma suivant vous permettra de mieux vous situer dans le système scolaire québécois. Les exigences de formation influenceront éventuellement le choix de vos métiers ou professions.



b) Choix de métiers ou professions

De tous ceux que vous avez inscrits dans votre portfolio, choisissez-en huit qui correspondent davantage aux facteurs de réalité personnels que vous avez choisis dans la partie préparatoire de cette situation d'apprentissage.

**Portfolio**

Inscrivez les informations recueillies dans une fiche pour chaque métier ou profession. Pour vous aider, consultez les ressources documentaires mentionnées plus tôt.

c) Bilan et questions

Prenez rendez-vous avec le conseiller en orientation de votre Centre. Faites-lui part de votre choix des huit métiers ou professions. Au besoin, demandez-lui de l'aide pour compléter vos fiches d'exploration. Préparez des questions que vous souhaitez lui poser au sujet des métiers et professions sélectionnés.

**Portfolio**

Notez vos questions à adresser au conseiller en orientation.

Réinvestissement

Pour aller plus loin...

Grâce à cette deuxième situation d'apprentissage, vous avez pu explorer divers choix professionnels avec l'appui du conseiller en orientation. Que tirez-vous de votre rencontre avec lui?

**Portfolio**

Résumez les faits saillants de votre discussion avec le conseiller d'orientation.

Situation d'apprentissage 3

Exploration professionnelle

Il est maintenant temps de passer à l'étape subséquente : l'exploration professionnelle en bonne et due forme. Cette situation d'apprentissage vous permettra de vivre cette étape de manière rigoureuse et adéquate.

But de la situation d'apprentissage (15 heures)

- Sélectionner trois métiers ou professions à explorer
- Procéder à l'exploration de ces trois métiers ou professions
- Colliger données et réflexions au portfolio

Préparation

L'heure est au choix

Fort de votre analyse des huit métiers ou professions explorées, vous devez à présent sélectionner trois métiers ou professions à explorer davantage.



Inscrivez ces trois métiers ou professions qui ressortent de votre analyse.

Réalisation

L'exploration professionnelle s'avère une étape concrète de votre cheminement. Même si cela est plutôt emballant, il est important d'effectuer une analyse rigoureuse pour éviter de potentielles déceptions.

1- L'exploration professionnelle en bonne et due forme

Idéalement, l'exploration professionnelle devrait toucher à deux volets: la formation et l'emploi.

a) Journées Élève ou étudiant d'un jour

Les journées *Élève d'un jour* (dans une école professionnelle) et *Étudiant d'un jour* (dans un Cégep) permettent de vous familiariser avec la formation de vos métiers ou professions choisis. Ces journées sont l'occasion de vous immiscer dans la peau d'un élève ou d'un étudiant du programme

convoité. Vous assisterez aux cours et aux ateliers, visiterez le département et rencontrerez enseignants et élèves ou étudiants de la formation. Voilà l'occasion de s'imprégner du milieu de formation du métier exploré. Poser toutes vos questions!

b) L'emploi

En parallèle à votre exploration professionnelle en établissements scolaires, il n'y a rien de tel que d'entrer en communication avec un travailleur qui œuvre dans le domaine convoité. Cela vous permettra de vous informer sur les conditions de travail relié à cet emploi. Pour ce faire, vous pouvez vous servir de vos réseaux de contacts pour pouvoir rencontrer un travailleur du métier ou de la profession en question. Il existe même un site Internet permettant aux futurs diplômés d'échanger, en ligne, avec des travailleurs de divers domaines : academos.qc.ca.

2- Préparation à l'exploration

Afin de réaliser une exploration professionnelle adéquate, prenez rendez-vous avec votre conseiller d'orientation. Il déterminera avec vous les trois activités d'exploration possibles et idéales pour chacun d'elle.



Consignez les informations relatives aux activités d'exploration professionnelles choisies.

3- Les explorations

Trois fiches d'exploration ont été conçues pour vous permettre de bien profiter de chacune de vos activités d'exploration professionnelle. Prenez-en connaissance avant le début de vos explorations de façon à vous assurer de bien les comprendre. Au jour J, pensez à apporter votre portfolio avec vous afin de pouvoir compléter les fiches d'exploration. Surtout, n'hésitez pas à poser des questions au responsable de votre activité d'exploration!



Utilisez les fiches d'exploration pour consigner les informations relatives aux activités d'exploration professionnelles choisies.

Réinvestissement

Pour aller plus loin...

Vos trois explorations professionnelles étant maintenant réalisées, il s'avère pertinent de revenir aux Tableaux des facteurs de réalité - Bilan pré-exploratoire personnels du tout début du cours afin de comparer ces choix à vos données de départ. Pour chacune des explorations effectuées, voyez si les éléments des tableaux du début de cours sont respectés.



Retournez aux Tableaux des facteurs de réalité personnels de la page trois et indiquez si les éléments de départ coïncident avec les métiers ou professions trois explorées.



Situation d'apprentissage 4

Réalisme du choix professionnel

L'exercice d'un métier ou d'une profession peut nous sembler parfaitement destiné de prime abord, mais encore faut-il en évaluer le réalisme en fonction de notre vie.

But de la situation d'apprentissage (5 heures)

- Analyser le réalisme des trois formations explorées
- Colliger données et réflexions au portfolio

Préparation

Cette étape exploratoire vous a sans doute permis de consolider davantage votre choix de formation professionnelle. À cette étape-ci, êtes-vous en mesure d'établir une échelle de préférence des trois métiers ou professions explorés?



Inscrivez vos trois métiers en ordre de préférence.

Réalisation

Il est à présent temps de vous assurer du réalisme de l'entreprise des trois formations que vous avez envisagées. Il existe deux façons principales d'aborder le réalisme des options envisagées.

La première s'appuie sur les facteurs de réalité. On pourra alors se questionner sur les exigences du programme de formation et du métier, sur les possibilités d'emploi et sur les démarches à entreprendre.

La deuxième façon d'envisager le réalisme d'un choix professionnel est en lien avec certaines contraintes qui risquent de rendre impossible la réalisation du plan d'action. On pense notamment aux programmes contingentés et à l'incapacité de réussir certains préalables.



Complétez les tableaux destinés à évaluer le réalisme de vos choix professionnels.

Réinvestissement

Voyez s'il s'avère nécessaire de revoir l'ordre de préférence des trois métiers ou professions explorés.



Inscrivez le métier ou la profession qui ressort en premier.



Situation d'apprentissage 5

Plan d'action

Votre choix de formation étant effectué, il est temps de passer à l'action. Cette situation d'apprentissage vous guidera dans l'élaboration d'un plan d'action.

But de la situation d'apprentissage (5 heures)

- Établir un plan d'action
- Colliger données et réflexions au portfolio

Préparation

Pour bien entamer votre plan d'action, un dernier rendez-vous avec le conseiller en orientation s'impose. Il vous faudra d'abord lui présenter vos réflexions sur le réalisme de votre choix professionnel. Si votre option s'avère réaliste, établissez ensemble votre plan d'action.

Réalisation

Un plan d'action est un outil indispensable à tout projet. Il permet de se donner des objectifs et des moyens pour arriver au résultat voulu. Dans le domaine de l'orientation, le plan d'action tient compte d'objectifs sur les plans personnel et professionnel.



vôtre.

Aidez-vous du modèle de plan d'action pour élaborer le

Réinvestissent

Cette situation d'apprentissage met fin au cours *Vers un choix professionnel*. Il est temps de présenter et de justifier votre choix de formation.

Deux options s'offrent à vous :

1- Écriture d'un texte argumentatif justifiant votre choix de métier ou de profession (environ 500 mots);

ou

2- Présentation orale justifiant votre choix de métier ou de profession (environ 5 minutes).

Consultez votre enseignant pour connaître les modalités de cette évaluation.

Annexe

QUEL EST MON CODE RIASEC?

Bilan

- 1- Chaque énoncé correspond à un type de personnalité. Indiquez le type de personnalité associé à chaque énoncé que vous avez sélectionné.
- 2- Pour l'ensemble des trois sections, relevez la fréquence des types de personnalité.
- 3- Identifiez ensuite les trois types de personnalité dominants; ce résultat correspond à vos trois types de personnalité dominants, soit votre code RIASEC.

Intérêts et activités

- Conduire un camion ou un tracteur (R)
- Faire des recherches scientifiques pour satisfaire ma curiosité (I)
- Enseigner aux enfants, aux adolescents, aux adultes (S)
- Travailler à l'extérieur (R)
- Vendre un produit ou une idée (E)
- Écrire des critiques de pièces de théâtre, de films, de livres, etc. (A)
- Faire un inventaire et passer des commandes (C)
- Faire de la photographie artistique ou publicitaire (A)
- Planifier des soins ou des traitements à donner à des patients (I)
- Faire de la sélection de candidats (E)
- S'occuper des personnes handicapées, physiquement ou mentalement (S)
- Travailler avec des animaux et en prendre soin (R)
- Réparer des automobiles (R)
- Concevoir et réaliser des aménagement de fleurs (A)
- Expérimenter de nouvelles cultures végétales (I)
- Garder mon espace de travail à l'ordre (C)

- [] Tenir une caisse dans un établissement commercial ou financier (C)
- [] Faire de la politique (E)
- [] Rencontrer des gens pour les aider à résoudre leurs problèmes personnels (S)
- [] Échanger des idées avec d'autres personnes (S)
- [] Suivre un cours de dessin mécanique (R)
- [] Donner des conférences (E)
- [] Mettre sur pied son propre commerce (E)
- [] Écrire des romans, des articles de journaux (A)
- [] Faire des expériences sur le comportement des animaux (I)
- [] Concevoir un barrage électrique, un pont, une autoroute, etc. (I)
- [] Maintenir un système de classement (C)
- [] Aider les délinquants à se réhabiliter (S)
- [] Faire des recherches sur les civilisations anciennes (I)
- [] Jouer dans un orchestre (A)
- [] S'engager dans des organismes sociaux ou communautaires (S)
- [] Effectuer des tâches clairement définies (C)
- [] Travailler avec de la machinerie (R)
- [] Lancer un concours de promotion, une campagne de publicité (E)
- [] Préparer des procès verbaux de réunions (C)
- [] Apprendre des langues (A)

Aptitudes

- (A) Sens esthétique []
- (I) Sens de l'observation []
- (A) Imagination et fabrication d'images []
- (R) Sens de la finition et de la minutie []
- (S) Capacité d'intervention auprès des gens []

- (S) Facilité à s'exprimer []
- (C) Souci de la présentation []
- (C) Sens du classement de données []
- (E) Sens de l'initiative et de l'organisation []
- (R) Capacité de perception spatiale []
- (I) Capacité d'analyse et de synthèse []
- (S) Sens du service []
- (E) Facilité à déterminer des objectifs []
- (C) Rapidité d'exécution []
- (R) Dextérité manuelle []
- (A) Talent particulier pour la création []
- (A) Sensibilité personnelle []
- (I) Intelligence abstraite []
- (I) Esprit critique []
- (E) Sens de l'initiative et de l'organisation []
- (S) Facilité à entretenir des relations []
- (A) Tolérance à l'insécurité []
- (S) Facilité à travailler en équipe []
- (E) Facilité à persuader les gens []
- (R) Capacité d'utiliser des outils, des objets et des machines []
- (R) Capacité de lire des plans []
- (C) Facilité à comprendre et exécuter des instructions []
- (C) Travail avec précision []
- (I) Facilité en mathématiques et en sciences []
- (E) Sens des affaires []

Traits de personnalité

- Objectivité (I)
- Tolérance (I)
- Endurance (R)
- Optimisme (E)
- Constance (R)
- Imagination (A)
- Flexibilité (A)
- Ambition (E)
- Organisation (C)
- Compréhension (S)
- Conscientieux (C)
- Débrouillardise (E)
- Curiosité (I)
- Franchise (R)
- Logique (I)
- Sympathique (S)
- Persuasion (E)
- Sensibilité (S)
- Indépendance (A)
- Patience (R)
- Tolérance (I)
- Efficacité (C)
- Endurance physique (R)
- Bienveillance (S)
- Originalité (A)
- Leadership (E)

[] Respect de l'autorité (C)

[] Méthodique (C)

[] Communication (S)

Intérêts et activités		Aptitudes		Traits de personnalité	
Réaliste :		Réaliste :		Réaliste :	
Investigateur :		Investigateur :		Investigateur :	
Artistique :		Artistique :		Artistique :	
Social :		Social :		Social :	
Entreprenant :		Entreprenant :		Entreprenant :	
Conventionnel :		Conventionnel :		Conventionnel :	
		Total			
		Réaliste :			
		Investigateur :			
		Artistique :			
		Social :			
		Entreprenant :			
		Conventionnel :			

Code RIASEC		
_____	_____	_____