



J'apprends à me connaître

**L'IMPORTANCE DE LA CONNAISSANCE
DE SOI POUR RÉUSSIR
SON PROJET D'ORIENTATION.**

“

Chaque métier nécessite des connaissances, des compétences, des savoir-faire et des savoir-être.

Plus on se connaît dans les domaines cognitifs et affectifs, plus on sera capable de choisir une profession en adéquation avec ses forces et ses faiblesses. Nos centres d'intérêt, nos passions, nos diverses activités (physiques, artistiques, culturelles, etc.), les bilans psychométriques et l'introspection nous permettent de mieux nous connaître. L'objectif est d'être heureux et épanoui dans le métier que l'on veut exercer.

M. Alexandre Porion (Psychologue du développement)

”

1 Mes qualités

1. Parmi tous ces qualificatifs, coche ceux qui te correspondent le mieux.

<input type="checkbox"/> Adaptable / Souple	<input type="checkbox"/> Économe	<input type="checkbox"/> Intelligent	<input type="checkbox"/> Prudent	<input type="checkbox"/> Se tient au courant
<input type="checkbox"/> Ambitieux	<input type="checkbox"/> À l'écoute	<input type="checkbox"/> Jugement	<input type="checkbox"/> Psychologue	<input type="checkbox"/> Sens des chiffres
<input type="checkbox"/> Animateur	<input type="checkbox"/> Efficace	<input type="checkbox"/> Loyal	<input type="checkbox"/> Rapide dans l'action	<input type="checkbox"/> Sérieux
<input type="checkbox"/> Autonome	<input type="checkbox"/> Énergique / Motivé	<input type="checkbox"/> Méthodique	<input type="checkbox"/> Réceptif	<input type="checkbox"/> Sociable
<input type="checkbox"/> Assidu	<input type="checkbox"/> Enthousiaste	<input type="checkbox"/> Observateur	<input type="checkbox"/> Rédige bien	<input type="checkbox"/> Soigné
<input type="checkbox"/> Calme	<input type="checkbox"/> Équilibré / Stable	<input type="checkbox"/> Ordonné	<input type="checkbox"/> Réfléchi	<input type="checkbox"/> Tient les autres au courant
<input type="checkbox"/> Coopératif	<input type="checkbox"/> Exigeant	<input type="checkbox"/> Ouvert aux autres	<input type="checkbox"/> Réfléchit rapidement	<input type="checkbox"/> Travaille bien en équipe
<input type="checkbox"/> Courageux	<input type="checkbox"/> S'exprime bien	<input type="checkbox"/> Patient	<input type="checkbox"/> Réservé	<input type="checkbox"/> Travaille bien sous tension
<input type="checkbox"/> Créatif	<input type="checkbox"/> Fiable	<input type="checkbox"/> Persévérant	<input type="checkbox"/> Résistant	<input type="checkbox"/> Travailleur
<input type="checkbox"/> Débrouillard	<input type="checkbox"/> Franc	<input type="checkbox"/> Plein de confiance	<input type="checkbox"/> Résout des conflits	<input type="checkbox"/> Va jusqu'au bout des choses
<input type="checkbox"/> Direct	<input type="checkbox"/> Honnête	<input type="checkbox"/> Positif	<input type="checkbox"/> Responsable	
<input type="checkbox"/> Discret	<input type="checkbox"/> Imaginatif	<input type="checkbox"/> Précis	<input type="checkbox"/> Sens de l'urgence	
<input type="checkbox"/> Dynamique	<input type="checkbox"/> Innovateur	<input type="checkbox"/> Prend l'initiative	<input type="checkbox"/> Sens pratique	
		<input type="checkbox"/> Professionnel		

2. Parmi les points forts cochés, reporte ci-dessous les 3 qualificatifs qui te caractérisent le mieux :

Mes qualités :		
1. à compléter par l'élève	2.	3.
.....



bordas.media/740262_52

2 Mes centres d'intérêt

Chacun s'intéresse à des idées, des domaines d'activité, des modes de vie ou de relation avec les autres. Connaître ses intérêts est un facteur de réussite.

1. Réponds au questionnaire en ligne « QUIZ SECTEUR » de l'Onisep grâce au mini-lien ou au QR-code ci-dessus.
2. Après avoir répondu à toutes les questions, indique dans le tableau ci-dessous le secteur professionnel principal conseillé en fonction de tes qualités et centres d'intérêt.
3. Donne trois exemples de métiers liés à celui-ci et qui t'attirent.

À NOTER

Les questionnaires de l'Onisep donnent une tendance. Ils peuvent t'aiguiller, mais garde ton esprit critique et demande conseil.

Mon secteur conseillé	Exemples de métiers correspondants
.....
à compléter par l'élève
.....
.....

3 Mon environnement de travail

1. Coche les cases selon ton ressenti : ☒ J'aimerais bien. ☐ Ça m'est égal. ☐ Certainement pas.

Le lieu de travail : – Travailler dans un bureau <input type="checkbox"/> – Être sur le terrain <input type="checkbox"/> – Travailler dans une petite structure <input type="checkbox"/> – Travailler dans une grande structure <input type="checkbox"/> – Travailler à l'air libre <input type="checkbox"/> – Rentrer tous les soirs chez soi <input type="checkbox"/> – Faire des déplacements <input type="checkbox"/> – Partir à l'étranger <input type="checkbox"/>	Les relations : – Avoir des relations fréquentes avec l'extérieur <input type="checkbox"/> – Travailler en équipe <input type="checkbox"/> – Travailler seul <input type="checkbox"/> – Contrôler le travail des autres <input type="checkbox"/> – Travailler en coopération avec les autres <input type="checkbox"/> – Diriger les autres <input type="checkbox"/> – Avoir un supérieur hiérarchique <input type="checkbox"/>
Le contenu du travail : – Avoir un travail créatif, proposer des idées <input type="checkbox"/> – Exercer ses compétences techniques <input type="checkbox"/> – Avoir beaucoup de travail <input type="checkbox"/> – Avoir un poste aux tâches bien définies <input type="checkbox"/> – Avoir des tâches diverses <input type="checkbox"/> – Apprendre aux autres <input type="checkbox"/>	– Avoir un travail manuel <input type="checkbox"/> – Avoir un travail intellectuel <input type="checkbox"/> – Avoir un poste permettant de suivre le travail de sa conception à sa réalisation <input type="checkbox"/> – Vendre <input type="checkbox"/> – Faire un travail physique <input type="checkbox"/>

2. Fais le bilan des conditions de travail que tu souhaites.

Mon environnement souhaité	
Je veux <i>Indique tes 3 conditions de travail favorites cochées en vert dans le tableau précédent</i>	Je ne veux pas <i>Indique les 3 conditions de travail qui ne te correspondent pas du tout.</i>
à compléter par l'élève	

4 Mes goûts

- Réponds au questionnaire en ligne grâce au mini-lien ou au QR-code ci-contre. bordas.media/740262_53
- Après avoir répondu à toutes les questions du QUIZ « Quels métiers selon mes goûts ? », indique dans le tableau ci-dessous le ou les secteurs qui te sont conseillés.
- Donne trois métiers rentrant dans ces secteurs et qui t'attirent.

Mes secteurs conseillés	Métiers rentrant dans ces secteurs
à compléter par l'élève	

5 Mes talents

Le talent désigne un don particulier pour quelque chose.

Voici quelques exemples de talents : talent artistique, talent sportif, talent pour les langues, talent pour les mathématiques et les sciences, talent pour la communication, talent pour les relations interpersonnelles (être à l'écoute et savoir gérer les conflits), talent pour l'organisation, talent pour les technologies, créativité, talent pour le leadership (être capable de diriger et de motiver une équipe)...

Indique tes talents actuels.

Mes talents	
à compléter par l'élève	

À NOTER

Les talents peuvent être acquis et développés au fil du temps et de l'expérience.