

## Informations sur le dossier de consignation Projet personnel d'orientation (PPO)

Intention : Amener l'élève à réaliser une démarche exploratoire d'orientation. Amener l'élève à se situer au regard de son orientation scolaire et professionnelle.

Critères d'évaluation :

- Pertinence de la planification
- Efficacité de la mise en œuvre de la démarche exploratoire
- Pertinence des éléments de réflexion

Voir le cadre d'évaluation des apprentissages pour plus de détails sur les critères d'évaluation : [http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site\\_web/documents/education/jeunes/pfeq/CE\\_PFEQ\\_projet-personnel-orientation\\_2011.pdf](http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/education/jeunes/pfeq/CE_PFEQ_projet-personnel-orientation_2011.pdf)

Pour le cours « Projet personnel d'orientation », il n'y a pas d'épreuve à la fin de l'année. Le dossier de consignation constitue 100 % du résultat final. Il est donc essentiel de le compléter sérieusement.

- L'élève doit d'abord compléter le questionnaire sur le site <https://moimonavenir.com/jeune-16-et-plus/>. À la fin du questionnaire, il doit faire imprimer les résultats de son test pour l'inclure au dossier de consignation.
- L'élève consulte ensuite le document « Aide-mémoire pour consolider son profil personnel ». Il doit surligner pour chacune des catégories les énoncés qui le décrivent ou qu'il considère importants. L'élève doit également répondre aux questions à la fin de ce document.
- L'élève doit compléter le questionnaire « Mes traits de personnalité » pour connaître ses types de personnalité (RIASEC). En comptabilisant ses résultats, il peut trouver ses types de personnalité dominants dans le document « Les types de personnalité ». Pour faire la compilation de ses résultats, l'élève doit faire la somme des énoncés sélectionnés. Par exemple, s'il sélectionne les énoncés 4, 8 et 10, cela lui donne un total de 3 énoncés (et non 22). À la question D, l'élève doit faire la somme des trois tableaux précédents.
- Il peut aller valider dans ce document si les résultats correspondent bien à sa personnalité en surlignant les indices et les traits de personnalité qui lui correspondent.

- Ensuite, l'élève doit faire de l'exploration professionnelle à l'aide de *Repères* (choisir l'onglet « Professions » et ensuite « mots clés », d'autres sites internet pertinents (Google par exemple), des rencontres avec des personnes qui pratiquent le métier qui l'intéresse, des entrevues téléphoniques, des stages d'un jour ou des visites d'entreprise.
- L'élève doit ensuite remplir 4 canevas en lien avec ses démarches d'exploration et d'orientation. C'est l'étape qui nécessite le plus d'investissement. Il faut faire des liens pertinents avec son profil personnel.
- Ensuite, l'élève doit réaliser un stage d'une journée ou d'une demi-journée (dans un des parcours de formation explorés) et compléter le rapport de stage. Le stage peut être un stage d'observation. Idéalement, faire parvenir l'idée du milieu de stage avant de l'effectuer. Le conseiller pédagogique pourra valider si le choix du stage est adéquat.
- S'informer et s'inscrire, s'il y a lieu, en fonction de la formation choisie.
- S'informer et s'inscrire, s'il y a lieu, aux prêts et bourses. <http://www.mesrs.gouv.qc.ca/aide-financiere-aux-etudes/>
- Remplir le questionnaire « Mon choix d'orientation »
- Remplir le document « Mon bilan d'orientation »

Nous récupérons l'ensemble des documents du dossier de consignation à la fin de l'année (vers la mi-mai). Nous vous transmettrons la date officielle en même temps que les informations sur les épreuves de fin d'année.

Pour toute question, merci de nous faire parvenir un courriel à l'adresse suivante : [enseignement.maison@cssamares.qc.ca](mailto:enseignement.maison@cssamares.qc.ca).

Cordialement,  
Services éducatifs – Enseignement à la maison

## Quelques sites Web pertinents pour t'informer sur les métiers et professions

[www.reperes.qc.ca](http://www.reperes.qc.ca)



Site de référence officiel de l'information scolaire. Tu y trouves des données à jour sur tous les métiers et professions ainsi que sur les programmes de formation.

[www.inforoutefpt.org](http://www.inforoutefpt.org)



Site d'information sur les programmes d'études de la formation professionnelle et technique.

[www.toutpoureussir.com](http://www.toutpoureussir.com)



Site d'information sur les programmes d'études de la formation professionnelle et technique.

[www.monemploi.com](http://www.monemploi.com)



Site regroupant des informations sur les métiers et professions, des questionnaires de connaissance de soi, des outils pour explorer et des articles sur une foule de sujets touchant le monde scolaire et le monde du travail.

[www.academos.qc.ca](http://www.academos.qc.ca)

ACADEMOS

Réseau social sur lequel il est possible d'échanger par courriel avec des mentors. Ces mentors sont des travailleurs qui évoluent dans différentes sphères d'activités et ayant des qualifications variées.

<http://www.macarrieretechno.com/>



Découvre les carrières et les formations liées aux technologies de l'information. Grâce à des questionnaires, découvre ton profil et explore des professions en lien avec tes intérêts.



# Projet personnel d'orientation (PPO)




## Aide-mémoire pour consolider mon profil personnel

Au cours des différentes démarches exploratoires que tu réaliseras, tu auras à réfléchir sur toi, à penser à ce que ton exploration te permet d'apprendre de toi. Certaines fois, ces apprentissages seront des confirmations de ce que tu sais déjà, à d'autres moments, tu découvriras des parties de toi encore insoupçonnées!

Ces explorations entrecoupées de moments de réflexion personnelle t'amèneront à *consolider ton profil personnel*, c'est-à-dire que tu auras à établir des liens entre tes découvertes et tes caractéristiques personnelles. Tu auras aussi à t'interroger sur les investissements nécessaires pour atteindre tes buts. Tu auras peut-être aussi à réfléchir sur ton mode de prise de décision. Il est possible que tu sentes le besoin de te donner des objectifs de développement personnel. Tu découvriras comment ton estime de toi a un impact sur tes aspirations.

Le présent aide-mémoire a pour but de t'aider à accomplir ces tâches. Il est parfois difficile de trouver des mots pour parler de soi. Tu auras donc quelques exemples que tu pourras modifier et améliorer pour qu'ils te conviennent.

Tu trouveras des caractéristiques personnelles :

-  Les intérêts
-  Les aptitudes
-  Les valeurs

Tu pourras peut-être par la suite dégager des tendances des professions ou métiers recherchés.

Tu trouveras aussi des pistes pour te questionner sur les investissements nécessaires pour atteindre tes buts et te donner des objectifs de développement personnel.

### CONSIGNES

1. Dans les tableaux des pages suivantes, surligne (ou entoure) les intérêts, les aptitudes, les valeurs et les tendances que tu possèdes ou qui te ressemblent.
2. Dans les tableaux des pages suivantes, fais un X sur les intérêts, les aptitudes, les valeurs et les tendances que tu n'aimes pas.
3. Réponds aux questions qui commencent sur l'avant-dernière page.

## Intérêts

S'occuper de la radio étudiante de l'école	Manipuler des appareils électroniques	Étudier des événements historiques
Comprendre des formules chimiques	Observer des phénomènes physiques	Étudier les caractéristiques des êtres vivants
Lire des œuvres littéraires	Lire des cartes géographiques	Pratiquer des activités sportives
Aller au théâtre	Penser, raisonner et discuter sur différents sujets	Relever des détails, travail minutieux, précis
Faire des transactions commerciales	Vendre des idées ou des produits	Administrer
Travailler dans une usine	Diriger et organiser (activités ou groupe de travail, du personnel, etc.)	Soigner son apparence physique
Pratiquer une ou des activités sportives	Faire un travail répétitif concret et organisé	Faire des arrangements de fleurs
Collectionner des objets	Faire des décors pour le théâtre ou pour le cinéma	Se promener en plein air
Prendre soin des animaux	Peindre, dessiner, sculpter	Chercher et trouver des informations
Jouer avec des chiffres, calculer, faire des statistiques	Écrire des histoires, de la poésie ou des chansons	Dessiner des croquis, des plans
Jouer, écouter ou étudier de la musique	Suivre la politique	Comprendre la bourse
Apprendre de nouvelles langues	Communiquer par téléphone	Acter ou jouer la comédie
Comprendre les principes de l'économie	Aider les gens à résoudre des problèmes	Désassembler et assembler un moteur
Réparer des appareils	Lire des ouvrages scientifiques	Faire la cuisine, créer de nouveaux mets
Utiliser mes connaissances pour de nouvelles idées	Classer de la « paperasse »	Faire pousser des plantes
Travailler manuellement	Travailler avec de l'équipement de bureau (ordinateurs, photocopieurs, télécopieurs)	Travailler dans un laboratoire
Construire	Rédiger des rapports	Travailler la terre
Obéir à des ordres très stricts	Manipuler des appareils, des outils	Bricoler
Soigner et reconforter les gens	Transmettre des connaissances ou des informations à des gens	Travailler dans un bureau
Convaincre et influencer des gens	Aller à des soirées, rencontrer de nouvelles personnes	Parler en public
Suivre l'actualité	Enquêter	Tourner un document vidéo
Avoir des connaissances générales	Tenir un inventaire	Chanter ou danser
Écrire à des amis	Interviewer des gens	Découvrir et essayer de nouveaux produits ou activités
Tricoter, broder	Faire de la photographie	Monter ou démonter des appareils électroniques (radio, télévision, etc.)
Conduire des machines	Entretenir la maison	S'exprimer et communiquer oralement
Concevoir, inventer ou créer des choses	Prendre part à des activités avec d'autres	Rendre service
Faire du camping, de la chasse et de la pêche	Être chef de classe	Utiliser un microscope ou un télescope
Conduire des véhicules	Décorer une pièce	Faire des résumés de lecture

## Aptitudes

Communiquer sans difficulté	Travailler avec les chiffres	Avoir un esprit critique
Prendre des décisions, même risquées	Faire face à l'imprévu	Rapporter des idées, de l'information
Vérifier un texte ou une colonne de chiffres	Avoir du leadership, influencer, persuader	Jouer d'un instrument de musique
Faire preuve de confiance en soi	Me débrouiller	Saisir le sens des mots
Dessiner (paysage, plans, bande dessinée, etc.)	Planifier et gérer des finances (gérer un budget)	Sociabilité (capacité d'établir de bonnes relations avec les autres)
Persistance	Histoire	Physique
Chimie	Géographie	Mathématique
Théâtre	Servir les autres	Tact (agir avec délicatesse)
Discrétion (qui n'attire pas l'attention, réservé)	Exécuter et suivre des directives	Aider les autres
Lire des plans	Résoudre les problèmes ou conflits	Habile à mettre de l'ambiance, à divertir
Améliorer mes compétences	Réparer des petits objets ou appareils	Manipuler de petits objets
Comprendre les choses nouvelles rapidement	Reconnaître les nuances dans les couleurs	Animer un groupe
Obtenir la confiance des autres	Construire	Exprimer mes idées
Vendre des idées ou des produits	Percevoir intuitivement les sentiments et les émotions	Opérer des appareils de bureau (ordinateur, photocopieur, etc.)
Enthousiasme, optimiste	Patience	Précision
Minutie (souci du détail)	Biologie	Français
Politesse	Courtoisie (politesse raffinée)	Doigté (agir avec adresse)
Diplomatie (faire preuve d'habileté avec les autres)	Dévouement	Imagination
Enseigner	Créativité (idées créatrices et innovatrices)	Parler devant un groupe.
Être dirigé	Maîtrise de soi	Sens des responsabilités
Avoir le sens de l'observation (les gens, les choses, les données, faire une bonne lecture de ce qui m'entoure)	Amorcer une conversation avec des inconnus	Compréhension, indulgence
Calme	Habile dans les sports	Intuition, capable de prévoir des problèmes avant qu'ils se produisent
Avoir le sens de l'organisation	Digne de confiance (fiable)	Avoir le sens de l'humour
Équilibre	Capable d'organiser mon temps.	Capacité de mettre en évidence, de soigner mon apparence.
Rendement sous pression (habile à travailler sous stress et avec tension)	Tolérance / esprit ouvert	Constance (persévérer dans ses actions)
Concentration	Établir des priorités	Travailler dur physiquement (endurance)
Être méthodique et ordonné	Négociateur	Restaurer des meubles
Analyser des situations	Faire de la recherche	Jugement (capacité de se faire une opinion)
Propreté	Être attentionné	Diriger
Transiger avec les critiques et les déceptions	Capable de motiver les gens, de les stimuler dans une action	Cuisiner
Être attentif aux autres	Être habile en jardinage	S'autodiscipliner
Sens de l'initiative (proposer ou commencer des choses)	Prendre soin des plantes	Dynamisme
Stabilité	Capacité d'écouter.	Entregent (bien se conduire parmi les gens)
Disponibilité (être ouvert à beaucoup de choses)	Promptitude (facilité à comprendre et à agir rapidement)	Flexibilité
Enthousiasme / optimisme	Sang-froid	Amener les gens à coopérer
Logique, cohérence, rationalité	Mener à bien ce qui est entrepris	Convaincre, trouver des arguments
Planifier son temps		

## Valeurs

Aller au fond des choses, mener à bien ce que j'entreprends, aller jusqu'au bout	Ambition, travailler avec acharnement, désireux de réussir	Amour, affection envers les autres, intimité sexuelle
Apparence, attrait personnel important, propre, soigné	Argent, avoir un revenu élevé	Atteindre ses buts, l'accomplissement de ses objectifs
Avancement, me développer, avancer dans ma carrière	Autonomie, être indépendant	Contact avec les gens, soins physiques, vente ou persuasion, relation d'aide, service
Créativité imaginaire, inventif, innovateur, découvrir, inventer de nouvelles choses	Dévouement, serviable, attentif aux besoins des autres	Bouger physiquement, être physiquement actif dans mon travail
Communication, avoir des échanges avec les autres	Compétence, capable, efficient, compétent	Compétition, faire quelque chose d'excitant, d'audacieux où la concurrence est forte
Confort, bien-être, commodité	Connaissance, bien informé, intelligent, réfléchi	Considération, être admiré, respecté
Plein air, faire un travail en harmonie avec l'environnement	Religion spiritualité, vénération et culte	Prendre des risques, faire des choses qui comportent certains risques ou dangers
Prestige, distinction, récompenses pour habiletés ou réussites personnelles	Esthétique, sensible à la beauté de l'art et de la nature, ce qui est beau	Éthique, principes moraux de conduite
Honnête, digne de confiance, franc, sincère	Influence, autorité sur les personnes ou les choses, diriger	Initiative, agir de ma propre initiative, prendre mes propres décisions face à la façon de faire mon travail
Justice, égalité des possibilités pour tous	Liberté, indépendance et libre choix	Loisir, temps libre
Paix, ordre, sécurité, sans guerre ni conflit	Perfectionniste, faire un travail à la perfection	Sécurité, l'abri du danger, sans inquiétude
Stabilité, avoir un travail régulier et une certaine sécurité d'emploi	Variété, faire des activités diversifiées, avoir un travail varié	Rationalité, effectuer des tâches qui font surtout appel à l'intellect
Réalisation, voir les résultats de ce que je fais, exercer mes talents dans mon travail	Recherche, prospection, fouille, enquête	Humour, joie de vivre
Reconnaissance, savoir que les efforts que je fais ne passeront pas inaperçus	Responsabilité, avoir des responsabilités dans ce que je fais	Santé émotionnelle, tranquillité d'esprit, sérénité, absence de conflits intérieurs
Santé physique, en bonne santé	Satisfaction, contentement dans ce que je fais	Sincérité, sans prétention ou illusion
Tolérance, patience, acceptation, esprit ouvert	Vacances	Aller dans différents lieux, faire ce que je désire, repos
Jouir d'une grande popularité		

## Tendances qui peuvent se dégager au fil des démarches

Utiliser toutes mes habiletés et toutes mes connaissances au travail	Travailler avec des adultes	Prendre mes propres décisions au travail
Sentir que mon travail comporte certains dangers	Pouvoir déplacer des objets lourds	Travailler seul plutôt qu'en groupe
Être libre de mener mon travail comme je l'entends	Trouver une satisfaction personnelle dans mon travail	Avoir la sécurité d'emploi
Être respecté pour la qualité de mon travail	Changer fréquemment d'activités dans mon travail	Avoir des responsabilités au travail
Avoir un lieu de travail confortable	Faire un travail spécialisé	Avoir des tâches complexes
Avoir un horaire régulier de travail	Avoir des critiques constructives	Travailler avec des choses plutôt qu'avec des gens
Porter un uniforme	Voir le résultat de mon travail accompli	Diriger le travail au besoin
Agir de ma propre initiative	Découvrir, mettre au point ou inventer de nouvelles choses (créativité)	Disposer de suffisamment d'espace et de lumière pour travailler
Pouvoir obtenir de l'avancement	Travailler en groupe plutôt que seul	Faire un travail qui me permet de développer mes capacités
Avoir l'occasion d'expérimenter de nouvelles idées au travail	Avoir un emploi régulier	Être physiquement actif ou active dans mon travail
Être protégé des intempéries pendant le travail	Avoir la sécurité financière	Avoir un revenu régulier
Travailler avec des adolescents	Être dans un milieu de travail propre	Avoir des tâches simples
Avoir un horaire irrégulier de travail	Travailler avec des gens plutôt qu'avec des choses	Faire un travail qui demande de me déplacer
Travailler avec des personnes défavorisées, relation d'aide	Avoir un bon statut social (prestige)	Travailler avec des personnes âgées
Travailler dans ma région	Travailler en campagne	Travailler à la ville (milieu urbain)
Être dirigé par une personne compétente	Travailler dans un endroit où ma santé n'est pas en danger	Travailler avec des enfants
Lancer ma propre entreprise	Travailler sous pression	Faire un travail répétitif et concret
Travailler la fin de semaine	Travailler de jour	Faire un travail de routine
Travailler à l'intérieur	Travailler à l'extérieur	Faire un travail intellectuel
Avoir un travail service (aide technique)	Travailler en groupe restreint	Travailler dans une atmosphère détendue
Travailler en plein air	Être très encadré dans mon travail	Travailler à mon propre compte
Avoir des vacances	Savoir clairement ce que l'on attend de moi	Travailler à commission
Travailler de nuit	Travailler la semaine	



# Questions sur tes objectifs d'études

1. Combien de temps encore veux-tu demeurer aux études?

---

2. Quel est le niveau de formation que tu veux atteindre?

- Professionnel
- Technique
- Universitaire

3. Où veux-tu étudier?

- Je veux absolument étudier dans ma ville.
- Je veux bien étudier à l'extérieur, mais pouvoir voyager en voiture matin et soir.
- Étudier à l'extérieur et y habiter ne me dérange pas.

4. Comment se porte ton dossier académique?

- Excellent
- Très bien
- Bien
- Pas très bien
- Pas bien du tout

5. As-tu des limitations physiques qui peuvent t'empêcher d'atteindre tes objectifs?

---

6. Les études sont-elles valorisées chez toi?

---

---

7. Tes parents ont-ils les mêmes aspirations professionnelles pour toi?

---

---

8. Auras-tu l'argent nécessaire pour réaliser les études que tu souhaites?

---

## Référence :

Mes intérêts, mes aptitudes, mes valeurs, mes exigences personnelles face à un emploi à prendre en considération  
<http://www.toilejeunesse.centre-du-quebec.qc.ca/Client/page1.asp?page=523&clef=72&clef2=39>

## Générique :

Ce document a été réalisé par Étienne Roy, conseiller pédagogique au Centre de services scolaire de la Beauce-Etchemin, Juillet 2007  
Modifié par David Martel, septembre 2013.



## Mes traits de personnalité

1. Évalue chacun des adjectifs ci-dessous en te demandant jusqu'à quel point ils correspondent à ce que tu es et coche la case appropriée.

Je suis une personne	Pas du tout	Un peu	Tout à fait
1. <u>Ordonnée</u> : Qui a de l'ordre, de la méthode, qui range ses choses avec soins.			
2. <u>Réservée</u> : Qui se fait discrète, retenue, qui ne tient pas à être populaire.			
3. <u>Compréhensive</u> : Qui sait se mettre à la place des autres.			
4. <u>Pratique</u> : Qui est ingénieuse, efficace, qui a le sens de la réalité.			
5. <u>Critique</u> : Qui accepte un fait ou une opinion seulement après l'avoir évalué, qui sait douter.			
6. <u>Émotive</u> : Qui est sujette aux émotions fortes.			
7. <u>Énergique</u> : Qui a du dynamisme et de l'initiative.			
8. <u>Naturelle</u> : Qui se comporte avec simplicité, qui est exempte d'artifice.			
9. <u>Attentive aux autres</u> : Qui est sensible aux besoins des autres, qui a une grande capacité d'écoute.			
10. <u>Digne de confiance</u> : Qui se montre loyale.			
11. <u>Expressive</u> : Qui exprime avec beaucoup de vivacité une idée, un sentiment, qui a beaucoup d'expression.			
12. <u>Logique</u> : Qui raisonne d'une manière cohérente, avec justesse.			
13. <u>Sûre d'elle</u> : Qui se comporte avec assurance et avec une conviction communicative.			
14. <u>Sympathique</u> : Qui est aimable, agréable, chaleureuse.			
15. <u>Idéaliste</u> : Qui désire changer les situations, qui agit à partir d'un idéal.			
16. <u>Curieuse</u> : Qui est désireuse de voir, d'entendre, de connaître, de savoir, de comprendre.			
17. <u>Minutieuse</u> : Qui fait les choses avec soin, avec précision.			

Je suis une personne	Pas du tout	Un peu	Tout à fait
18. <u>Ambitieuse</u> : Qui désire passionnément réussir, qui agit d'une manière volontaire.			
19. <u>Concrète</u> : Qui est réaliste, qui a les deux pieds sur terre.			
20. <u>Stricte</u> : Qui n'accepte aucune négligence, aucune infraction, qui exige l'application rigoureuse d'une règle, d'un règlement.			
21. <u>Imaginative</u> : Qui a de la facilité à inventer, qui a l'imagination fertile.			
22. <u>Studieuse</u> : Qui aime l'étude, le travail intellectuel, qui est érudite.			
23. <u>Communicative</u> : Qui aime communiquer aux autres ses idées, ses sentiments.			
24. <u>Originale</u> : Qui est unique en son genre, qui est non conformiste.			
25. <u>Persévérante</u> : Qui s'adonne à une tâche avec un effort constant.			
26. <u>Leader</u> : Qui sait influencer les autres en regard d'une prise de position ou d'un projet.			
27. <u>Endurante</u> : Qui a une grande capacité de résistance à la fatigue physique.			
28. <u>Dévouée</u> : Qui sait se rendre utile et serviable.			
29. <u>Objective</u> : Qui ne fait pas intervenir d'éléments affectifs, personnels dans ses jugements.			
30. <u>Sociable</u> : Qui recherche la compagnie de ses semblables, qui établit facilement des contacts avec les autres, qui est facile à vivre.			
31. <u>Audacieuse</u> : Qui aime prendre des risques, des initiatives, sortir des sentiers battus.			
32. <u>Franche</u> : Qui s'exprime d'une façon claire, directe, sans dissimuler sa pensée, qui agit sans détour.			
33. <u>Rigoureuse</u> : Qui agit rationnellement, qui met beaucoup d'ordre dans ses pensées.			
34. <u>Imprévisible</u> : Qui change souvent d'idée, de conduite, qui est complexe dans sa vie émotive.			
35. <u>Coopérative</u> : Qui est prête à coopérer, à participer à une action commune.			

Je suis une personne	Pas du tout	Un peu	Tout à fait
36. <u>Sensée</u> : Qui a du bon sens.			
37. <u>Méthodique</u> : Qui sait mettre de l'ordre dans l'exécution d'un travail.			
38. <u>Optimiste</u> : Qui a confiance dans l'avenir, qui est disposée à voir les choses de façon positive.			
39. <u>Responsable</u> : Qui est consciente de ce qu'elle fait, qui est réfléchie, qui s'implique en connaissance de cause.			
40. <u>Indépendante</u> : Qui n'aime pas dépendre de quelque chose ou de quelqu'un, qui aime faire les choses par elle-même.			
41. <u>Raisonnée</u> : Qui n'est pas excessive, qui se montre modérée, qui agit convenablement.			
42. <u>Efficace</u> : Qui a le souci du rendement, qui s'applique à éviter les erreurs.			

2. Sélectionne 12 adjectifs parmi ceux qui ont obtenu la cote « tout à fait ».
3. Encerle les numéros correspondant aux 12 traits de personnalité retenus puis calcule le nombre de chiffres encadrés dans chacune des cases.

		<b>Traits de personnalité</b>				<b>Total</b>
1.		4 27	8 32	19 36	25	R
2.		2 22	5 29	12 33	16	I
3.		6 24	11 34	15 40	21	A
4.		3 28	9 35	14 39	23	S
5.		7 30	13 31	18 38	26	E
6.		1 37	10 41	17 42	20	C

## Mes intérêts

1. À l'aide d'un marqueur, surligne les **12** intérêts qui te représentent le mieux.

1. Le travail manuel
2. Les sciences
3. Classer de la paperasse
4. Les arts
5. La vente
6. Les sciences humaines
7. Une certaine routine
8. Le plein air
9. La recherche
10. Les activités verbales
11. L'entrepreneuriat
12. Le travail concret
13. Les activités d'expression
14. L'organisation d'événements
15. Les directives claires
16. Le travail avec des outils ou des machines
17. Les mathématiques
18. La littérature
19. Le commerce
20. Travailler physiquement
21. Communiquer par téléphone
22. Échanger des idées
23. Bricoler
24. La photographie
25. Travailler dans un laboratoire
26. Écouter les autres
27. Conserver mes affaires en ordre
28. Étudier
29. La psychologie
30. Dessiner
31. Aider les autres
32. Écrire (des histoires, de la poésie)
33. Faire des transactions commerciales
34. L'administration
35. Rencontrer de nouvelles personnes
36. La chimie
37. L'agriculture
38. Aller à des soirées
39. La musique (écouter et/ou étudier)
40. Lire des ouvrages ou des revues scientifiques
41. Diriger et organiser
42. Pratiquer des sports
43. Les relations d'affaires avec les gens
44. Le théâtre
45. Le travail de bureau
46. Trouver des solutions
47. Effectuer un travail minutieux
48. La mécanique

2. Sélectionne parmi les intérêts retenus, ceux que tu préfères, en te limitant à 12.
3. Encerle dans le tableau qui suit les chiffres correspondant à tes choix et calcule le nombre de chiffres encerclés dans chacune des cases.

		Intérêts				Total
1.		1	8	16	20	R
		23	37	42	48	
2.		2	9	17	25	I
		28	36	40	46	
3.		4	13	18	24	A
		30	32	39	44	
4.		6	10	22	26	S
		29	31	35	38	
5.		5	11	14	19	E
		33	34	41	43	
6.		3	7	12	15	C
		21	27	45	47	

## Mes aptitudes

1. Prends connaissance des 89 énoncés présentés ci-après.
2. À l'aide d'un marqueur, sélectionne les 18 aptitudes que tu fais le mieux.

1. Mettre les autres en confiance	21. Tenir des dossiers à jour
2. Apprendre la biologie	22. Exprimer correctement ses émotions
3. Acquérir une culture générale	23. Comprendre des théories
4. Copier et transcrire	24. Superviser le travail des autres
5. Animer un groupe	25. Mener une réunion
6. Prendre des décisions, lancer un projet	26. Expliquer, enseigner
7. Faire du camping, de la chasse, de la pêche, du canot	27. Travailler fort physiquement
8. Colliger de l'information	28. Jouer d'un instrument de musique
9. Gérer les entrées et sorties de cassette dans un club vidéo	29. Influencer les gens, les persuader, les motiver
10. Faire un arrangement	30. Faire des raisonnements mathématiques
11. Cultiver et soigner des plantes	31. Faire campagne pour les élections à l'école
12. Tenir un inventaire	32. Utiliser des appareils de bureau comme une machine à écrire ou un ordinateur
13. Faire des enquêtes et des recherches	33. Faire un exposé devant un groupe
14. Apprendre la physique	34. Interviewer des gens
15. Composer une histoire, les paroles d'une chanson, un discours, un poème	35. Soigner les gens
16. Faire des expériences et rédiger des rapports de laboratoire	36. Savoir estimer des coûts, trouver le prix juste
17. Savoir courir des risques	37. Faire de la photographie
18. S'occuper de la décoration d'une pièce, d'un local	38. Faire des résumés, des synthèses de lecture
19. Utiliser les tables de logarithmes	39. Peindre, sculpter ou faire de la gravure
20. Faire de la poterie	40. Prendre des commandes par téléphone



41. Deviner les intentions des gens	67. Repérer des erreurs dans des chiffres et des mots
42. Faire du théâtre	68. Attirer et savoir écouter les confidences
43. Faire de la musculation ou de l'entraînement physique	69. Aider moralement quelqu'un
44. Dessiner des affiches, des costumes, des objets (design)	70. Conduire toutes sortes de véhicules
45. Former un groupe, être l'instigateur ou l'instigatrice de quelque chose, entreprendre	71. Négocier et arbitrer
46. Comprendre les autres	72. Chercher et trouver une information
47. Comprendre la chimie	73. Parler en public
48. S'exprimer oralement	74. Prendre soin des animaux ou dresser un chien
49. Créer des choses	75. Soigner son apparence
50. Observer des phénomènes physiques	76. Faire la finition d'un meuble
51. Faire de la vente	77. Faire la lecture à des personnes âgées
52. Ouvrir le courrier, s'occuper des comptes	78. Équilibrer ses comptes, inscrire les débits et les crédits
53. Faire de la vente	79. Faire du ski acrobatique, de la planche à neige, du parapente
54. Être moniteur ou monitrice de loisirs	80. Écrire assidûment à un correspondant étranger
55. Danser	81. Faire la cuisine
56. Manipuler de petits objets	82. Planifier, établir des calendriers de travail
57. Faire des calculs avec exactitude et rapidité	83. Tourner un document vidéo
58. Écrire sur un clavier, faire de la saisie de texte	84. Se servir d'outils comme une scie, une sableuse, une perceuse
59. Faire des réparations simples de plomberie, d'électricité ou de mécanique	85. Travailler en équipe
60. Analyser des idées, chercher des arguments	86. Supporter la concurrence, rivaliser
61. Apprendre le fonctionnement des ordinateurs	87. Mettre en fonction, programmer et voir à l'entretien d'un magnétoscope ou d'un autre appareil
62. Lire des plans	88. Vérifier et compiler des chiffres, des statistiques, des données
63. Rendre service, aider les autres	89. Faire l'assemblage à l'aide d'un plan
64. Chanter dans une chorale	
65. Écouter et accueillir	
66. Bouquiner dans une librairie	

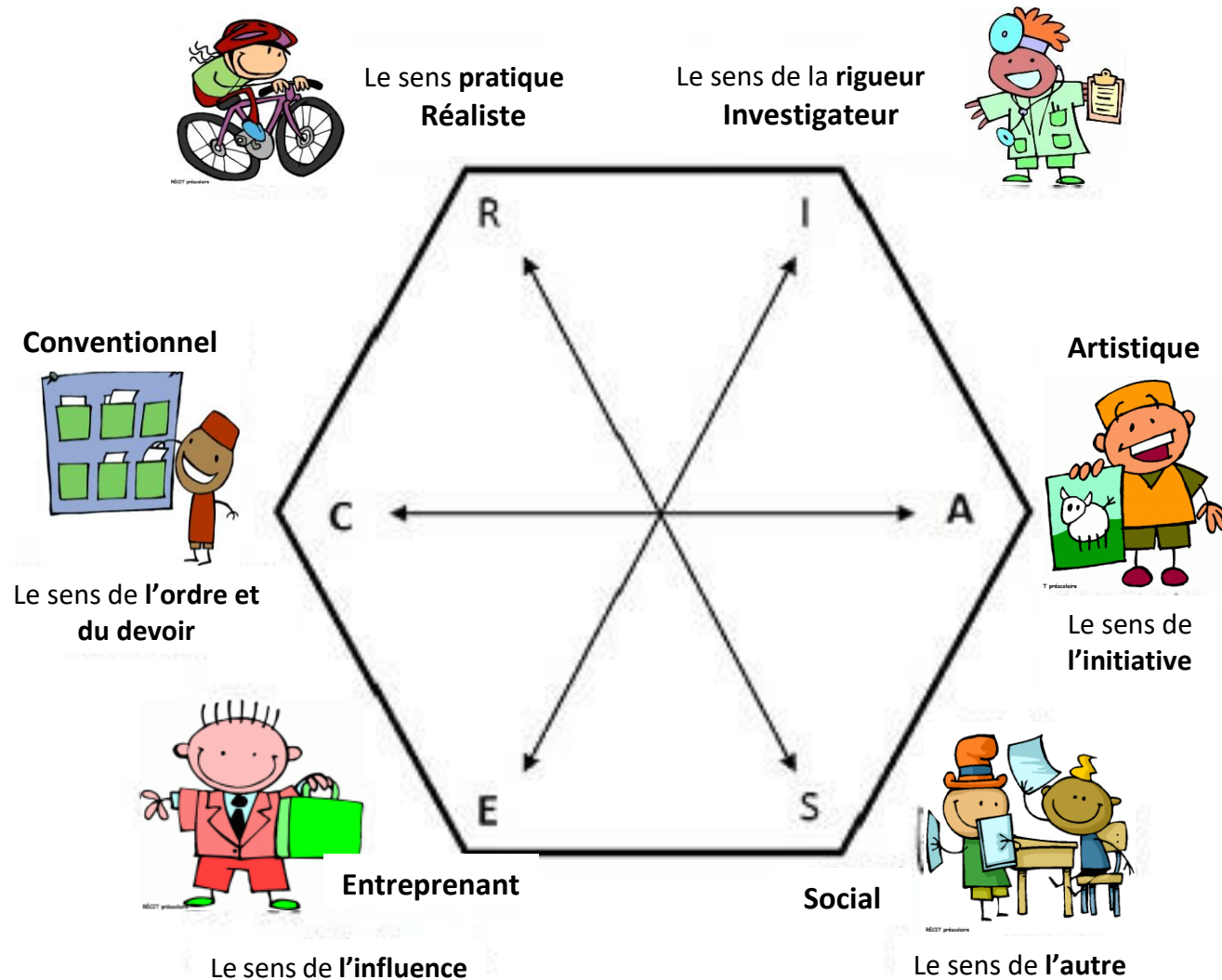
3. Encerle dans le tableau qui suit les chiffres correspondant à tes 18 choix et calcule le nombre de chiffres encerclés dans chacune des cases.

		Tâches-habilités					Total
1.		7	11	27	43	57	R
		60	63	71	75	77	
		80	82	85	88		
2.		2	3	13	14	16	I
		19	23	30	38	47	
		51	52	61	62	67	
3.		10	15	18	20	22	A
		28	37	39	42	44	
		49	50	56	65	84	
4.		1	5	26	34	35	S
		41	46	55	64	66	
		69	70	78	81	86	
5.		6	17	24	25	29	E
		31	33	45	48	53	
		72	74	76	83	87	
6.		4	8	9	12	21	C
		32	36	40	54	58	
		59	68	73	79	89	

4. Quelle est ton aptitude dominante ? (Case contenant le plus grand nombre de chiffres.)

# Les types de personnalités Selon John L. Holland

Un cadre théorique de l'approche orientante qui permet de mieux se connaître



La description des types de personnalité de Holland tiré GROP (test de personnalité)

Rolland Stébenne, Département des sciences de l'éducation de l'UQAM

*L'école orientante, la formation de l'identité à l'école* ayant comme auteurs Luc Bégin, Michel Bleau et Louise Landry fut un outil aidant pour la conception du tableau.



## Type de personnalité : Réaliste

Développement du sens pratique

### On reconnaît ce type de personnalité par le biais des indices suivants :

- S'exprime très peu sur lui, en termes d'émotions et de sentiments
- S'exprime directement
- Parle peu, réservé
- Prend peu de place
- Préfère le travail seul, avec mélange de milieux extérieur-intérieur, avec une forte attirance pour le premier
- Veut bouger physiquement, peu capable de travail inactif physiquement
- Veut des résultats concrets, peu attiré par l'école, sauf pour une formation professionnelle de courte durée
- À une bonne conscience de ses aptitudes

### Les traits de personnalité :

- Vive, active
- Réaliste et courageuse
- Innovatrice et débrouillarde
- Volontaire et ne craignant pas de relever de nouveaux défis
- D'agréable compagnie, alerte et franche
- Peu sensible et émotive
- Peu sociable



## Type de personnalité : Investigateur

Développement du sens de la rigueur

### On reconnaît ce type de personnalité par le biais des indices suivants :

- Contact initial distant, même méfiant
- S'exprime sur un désir d'aller au fond des choses, aime la recherche sur elle-même une fois la confiance établie
- Grande satisfaction à comprendre et à aller dans les détails
- Aime beaucoup de choses différentes quand elle parle des objets de son travail
- Très bonne capacité d'introspection et de faire des compréhensions sur soi
- Rationalise beaucoup et à tendance à retarder l'action (activer un choix, une décision) pour être sûr que toutes les facettes ont été étudiées
- Il (elle) choisit ses mots et ses expressions et saisit facilement les nuances
- Très rationnelle, elle résiste à son émotivité, surtout si elle n'est pas domestiquée. Ne sait pas s'en servir dans l'action

### Les traits de personnalité :

- Dotée d'un esprit logique, analytique
- Ayant une grande curiosité intellectuelle
- Fonctionnant d'une manière très autonome
- Poursuivant un idéal très élevé
- Démontrant beaucoup de sérieux, de discipline et de méthode pour réussir
- Peu attentive aux autres, à leurs besoins affectifs surtout

La description des types de personnalité de Holland tiré GROP (test de personnalité)

Rolland Stébenne, Département des sciences de l'éducation de l'UQAM

*L'école orientante, la formation de l'identité à l'école* ayant comme auteurs Luc Bégin, Michel Bleau et Louise Landry fut un outil aidant pour la conception du tableau.



## Type de personnalité : Artistique

Développement du sens de la créativité

### On reconnaît ce type de personnalité par le biais des indices suivants :

- S'exprime très rapidement sur ses émotions, ses sentiments, ses dilemmes (sécurité)
- Est très expressif, proche de son monde intérieur
- Refoule son désir d'expression au niveau des loisirs. Il a tendance à choisir une profession très sécurisante à ses yeux, mais qui est souvent à l'opposé de son tempérament
- Remet en question souvent ses actions, ses décisions
- Réagit à tout encadrement ou catégorisation de lui, revendique son droit à être libre
- Fait facilement des compréhensions sur soi à partir de l'exploration de ses émotions, de ses sentiments et de ses sensations

### Les traits de personnalité :

- Intuitif, passionné, créatif
- Imaginatif, rêveur, distrait
- Bon observateur, doté d'un esprit critique bien développé
- Peu préoccupé par les convenances, les règles, les obligations
- Innovateur et porté vers le changement
- Ouvert d'esprit, original dans sa façon d'être et de penser
- Expressif et sans inhibition, peu disponible pour les autres



## Type de personnalité : Social

Développement du sens de l'autre

### On reconnaît ce type de personnalité par le biais des indices suivants :

- Contact facile, sensibilité dans la relation, chaleureux
- Centré sur les autres, souvent affecté par les remarques d'autrui et nourri par l'aide d'une personne en difficulté
- Petit professeur de nature
- Parle de ses relations avec les autres, c'est le centre de ses préoccupations
- À des principes moraux forts et est maître de ses actions
- Facilité d'introspection et d'exploration de son vécu vers l'action à faire
- Veut aider les autres sur le plan personnel
- Langage émotif et personnel
- Tendance à se soumettre face à une autorité ou perçu comme tel

### Les traits de personnalité :

- Besoin d'être aimé
- Inspiré par le désir sincère d'aider les autres
- Sens moral profond
- Sens aigu du devoir
- Grande générosité
- Ouvert et facile à connaître
- Équilibré, constant et stable
- Craignant le changement et les grands défis
- Ayant de la difficulté à dire des choses déplaisantes

La description des types de personnalité de Holland tiré GROP (test de personnalité)

Rolland Stébenne, Département des sciences de l'éducation de l'UQAM

*L'école orientante, la formation de l'identité à l'école* ayant comme auteurs Luc Bégin, Michel Bleau et Louise Landry fut un outil aidant pour la conception du tableau.



## Type de personnalité : Entrepreneur

Développement du sens de l'influence

**On reconnaît ce type de personnalité par le biais des indices suivants :**

- Parle beaucoup
- Énergique
- Prend beaucoup de place
- Dit vouloir toujours terminer ce qu'il amorce, sinon il peut s'en culpabiliser
- Insiste sur le besoin de contacts nombreux
- Résiste à un retour aux études
- Soigné sur sa présentation la plupart du temps
- Veut paraître bien, maintenir une image de force ou positive
- Devient souvent dépendant émotionnellement

**Les traits de personnalité :**

- Est dynamique
- Ne craint pas la compétition
- Se fixe des objectifs élevés et sait s'y prendre pour les atteindre
- A une bonne image de lui
- Se sent capable de convaincre les autres et de les diriger
- Possède un bon sens de l'organisation
- Est du genre « deux pieds sur terre »
- Peut se montrer ferme et insensible si on cherche à contrecarrer ses aspirations



## Type de personnalité : Conventionnel

Développement du sens de l'ordre et du devoir

**On reconnaît ce type de personnalité par le biais des indices suivants :**

- Est du type réservé et retenu
- Tendance à se conformer à la norme
- Suit à la lettre les consignes
- Est très ponctuel en général et rappellera les ententes faites si elles sont négligées
- Démontre de la pudeur par rapport à sa vie privée
- Ne prend pas d'initiative et s'exprime avec circonspection et prévision
- Besoin de voir pour être sûr de ses décisions
- Posera beaucoup de questions pour vérifier ses attentes profondes
- Accorde beaucoup d'importance à la procédure à faire et moins au vécu qui est présent

**Les traits de personnalité :**

- Doux, calme et conformiste
- Effacé, peu audacieux et manque d'assurance
- À la recherche de la protection des autres
- Sentimental et sensible
- Sans artifice, facile à vivre
- Un confident aimable, discret et patient
- Capable de se discipliner et d'accepter les contraintes
- Peu ambitieux et fuit la compétition
- Prudent et craintif, jusqu'à l'inhibition parfois

La description des types de personnalité de Holland tiré GROP (test de personnalité)

Rolland Stébenne, Département des sciences de l'éducation de l'UQAM

*L'école orientante, la formation de l'identité à l'école* ayant comme auteurs Luc Bégin, Michel Bleau et Louise Landry fut un outil aidant pour la conception du tableau.

Nom : \_\_\_\_\_

Groupe : \_\_\_\_\_

## Ma démarche exploratoire #1

Date de début : \_\_\_\_\_ Date de fin : \_\_\_\_\_ Démarche : ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦

### 1<sup>re</sup> partie : Je planifie ma démarche

Le métier que j'explorerai : \_\_\_\_\_


1. Qu'est-ce que je connais de ce métier?

Compétences et préalables requis, fonctions, conditions de travail, lieu de travail, expérience vécue, etc.

Réfère-toi aux activités de connaissance de soi.

2. À ce moment, quels liens je fais entre ce métier et mon profil personnel?

### 3. J'organise ma planification

Mes intentions d'exploration (ce que je veux savoir du métier)



Les étapes de ma démarche	Les moyens exploratoires que j'utiliserai
	



## 2<sup>e</sup> partie : Je fais une synthèse de ma démarche

Assure-toi de trouver des informations complètes... Va voir tes autres démarches!

4. Je collige les informations les plus importantes pour décrire le métier exploré en tenant compte de mes intentions d'exploration. J'indique aussi les moyens et les stratégies exploratoires que j'ai utilisés.



A large empty rectangular box for writing, with a small illustration of a teacher in a yellow shirt and blue pants standing next to a green chalkboard in the top right corner.

5. Au besoin, j'ajuste et j'enrichis ma démarche et mes informations en les notant ci-dessous.

A large empty rectangular box for writing.

### 3<sup>e</sup> partie : Je fais un retour sur ma démarche



6. Je pose une réflexion plus poussée sur les liens que je peux faire entre le métier que je viens d'explorer et mon profil personnel.

A 3D white figure holding a magnifying glass, positioned in the top-left corner of a large empty rectangular box, indicating a space for reflection or writing.

A large empty rectangular box with a black border, intended for the user to write their reflection on the connection between the profession and their personal profile.

**7. J'évalue ma démarche**

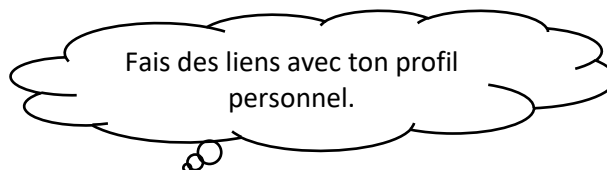
**A) Quelle cote je donne à ma dernière démarche exploratoire pour cette année?**

(-) 1 2 3 4 5 (+)

**B) Je critique ma démarche exploratoire : je donne deux éléments positifs et deux éléments à améliorer.**

Éléments positifs (+)	Éléments à améliorer (-)

**C) Quels ajustements pourrais-je apporter pour qu'une prochaine démarche soit encore plus profitable ?**



**La profession explorée est-elle une hypothèse de parcours intéressante pour toi et pourquoi ?**

Nom : \_\_\_\_\_

Groupe : \_\_\_\_\_

## Ma démarche exploratoire #2

Date de début : \_\_\_\_\_ Date de fin : \_\_\_\_\_ Démarche : ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦

### 1<sup>re</sup> partie : Je planifie ma démarche

Le métier que j'explorerai : \_\_\_\_\_


1. Qu'est-ce que je connais de ce métier?

Compétences et préalables requis, fonctions, conditions de travail, lieu de travail, expérience vécue, etc.

Réfère-toi aux activités de connaissance de soi fait dans mon pif branché

2. À ce moment, quels liens je fais entre ce métier et mon profil personnel?

### 3. J'organise ma planification

Mes intentions d'exploration (ce que je veux savoir du métier)


Les étapes de ma démarche	Les moyens exploratoires que j'utiliserai
	

## 2<sup>e</sup> partie : Je fais une synthèse de ma démarche

Assure-toi de trouver des informations complètes... Va voir tes autres démarches!

4. Je collige les informations les plus importantes pour décrire le métier exploré en tenant compte de mes intentions d'exploration. J'indique aussi les moyens et les stratégies exploratoires que j'ai utilisés.



A large empty rectangular box for taking notes, with a small illustration of a teacher pointing at a greenboard in the top right corner.


5. Au besoin, j'ajuste et j'enrichis ma démarche et mes informations en les notant ci-dessous.

A large empty rectangular box for taking notes.

### 3<sup>e</sup> partie : Je fais un retour sur ma démarche



6. Je pose une réflexion plus poussée sur les liens que je peux faire entre le métier que je viens d'explorer et mon profil personnel.



A large empty rectangular box for writing a reflection on the link between the explored profession and the user's personal profile.

7. J'évalue ma démarche

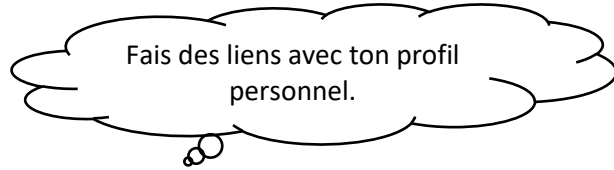
A) Quelle cote je donne à ma dernière démarche exploratoire pour cette année?

(-) 1 2 3 4 5 (+)

B) Je critique ma démarche exploratoire : je donne deux éléments positifs et deux éléments à améliorer.

Éléments positifs (+)	Éléments à améliorer (-)

**C) Quels ajustements pourrais-je apporter pour qu'une prochaine démarche soit encore plus profitable ?**



**La profession explorée est-elle une hypothèse de parcours intéressante pour toi et pourquoi ?**



Nom : \_\_\_\_\_

Groupe : \_\_\_\_\_

### Ma démarche exploratoire #3

Date de début : \_\_\_\_\_ Date de fin : \_\_\_\_\_ Démarche : ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦

#### 1<sup>re</sup> partie : Je planifie ma démarche

Le métier que j'explorerai : \_\_\_\_\_


1. Qu'est-ce que je connais de ce métier?

Compétences et préalables requis, fonctions, conditions de travail, lieu de travail, expérience vécue, etc.

Réfère-toi aux activités de connaissance de soi.

2. À ce moment, quels liens je fais entre ce métier et mon profil personnel?

### 3. J'organise ma planification


Mes intentions d'exploration (ce que je veux savoir du métier)


Les étapes de ma démarche	Les moyens exploratoires que j'utiliserai
	

## 2<sup>e</sup> partie : Je fais une synthèse de ma démarche

Assure-toi de trouver des informations complètes... Va voir tes autres démarches!

4. Je collige les informations les plus importantes pour décrire le métier exploré en tenant compte de mes intentions d'exploration. J'indique aussi les moyens et les stratégies exploratoires que j'ai utilisés.



A large empty rectangular box for taking notes, with a small illustration of a person standing next to a green chalkboard in the top right corner.


5. Au besoin, j'ajuste et j'enrichis ma démarche et mes informations en les notant ci-dessous.

A large empty rectangular box for taking notes.

### 3<sup>e</sup> partie : Je fais un retour sur ma démarche



6. Je pose une réflexion plus poussée sur les liens que je peux faire entre le métier que je viens d'explorer et mon profil personnel.



A large empty rectangular box for writing a reflection, with a small 3D white figure holding a magnifying glass in the top-left corner.

7. J'évalue ma démarche

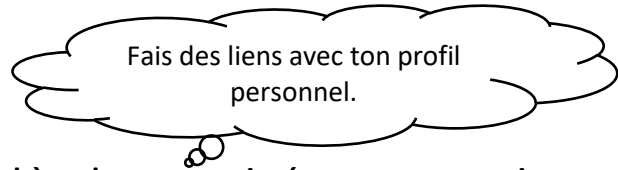
A) Quelle cote je donne à ma dernière démarche exploratoire pour cette année?

(-) 1 2 3 4 5 (+)

B) Je critique ma démarche exploratoire : je donne deux éléments positifs et deux éléments à améliorer.

Éléments positifs (+)	Éléments à améliorer (-)

**C) Quels ajustements pourrais-je apporter pour qu'une prochaine démarche soit encore plus profitable?**



**La profession explorée est-elle une hypothèse de parcours intéressante pour toi et pourquoi?**

Nom : \_\_\_\_\_

Groupe : \_\_\_\_\_

## Ma démarche exploratoire #4

Date de début : \_\_\_\_\_ Date de fin : \_\_\_\_\_ Démarche : ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦

### 1<sup>re</sup> partie : Je planifie ma démarche

Le métier que j'explorerai : \_\_\_\_\_


1. Qu'est-ce que je connais de ce métier?

Compétences et préalables requis, fonctions, conditions de travail, lieu de travail, expérience vécue, etc.

Réfère-toi aux activités de connaissance de soi.

2. À ce moment, quels liens je fais entre ce métier et mon profil personnel?

### 3. J'organise ma planification


Mes intentions d'exploration (ce que je veux savoir du métier)


Les étapes de ma démarche	Les moyens exploratoires que j'utiliserai
	

## 2<sup>e</sup> partie : Je fais une synthèse de ma démarche

Assure-toi de trouver des informations complètes... Va voir tes autres démarches!

4. Je collige les informations les plus importantes pour décrire le métier exploré en tenant compte de mes intentions d'exploration. J'indique aussi les moyens et les stratégies exploratoires que j'ai utilisés.



A large empty rectangular box for taking notes, with a small illustration of a person standing next to a greenboard in the top right corner.

5. Au besoin, j'ajuste et j'enrichis ma démarche et mes informations en les notant ci-dessous.


A large empty rectangular box for taking notes.



### 3<sup>e</sup> partie : Je fais un retour sur ma démarche



6. Je pose une réflexion plus poussée sur les liens que je peux faire entre le métier que je viens d'explorer et mon profil personnel.



A large empty rectangular box for writing, with a small illustration of a person with a magnifying glass in the top left corner.

7. J'évalue ma démarche

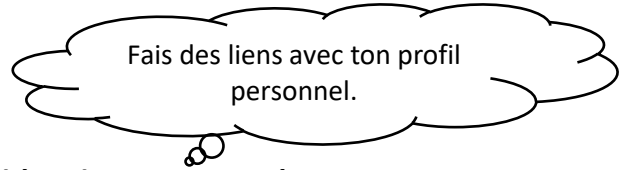
A) Quelle cote je donne à ma dernière démarche exploratoire pour cette année?

(-) 1 2 3 4 5 (+)

B) Je critique ma démarche exploratoire : je donne deux éléments positifs et deux éléments à améliorer.

Éléments positifs (+)	Éléments à améliorer (-)

**C) Quels ajustements pourrais-je apporter pour qu'une prochaine démarche soit encore plus profitable?**



**La profession explorée est-elle une hypothèse de parcours intéressante pour toi et pourquoi?**

# RAPPORT DE STAGE

Nom du stagiaire : \_\_\_\_\_ Date du stage : \_\_\_\_\_

Nom de la personne rencontrée et titre de l'emploi exploré

\_\_\_\_\_

Signature de la personne rencontrée : \_\_\_\_\_

Coordonnées de l'entreprise

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Donne une courte définition de l'emploi observé :

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Nomme 3 tâches ou responsabilités reliées à l'emploi :

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Nomme 2 professions qui ressemblent à cet emploi, que ce soit du point de vue des tâches, de l'utilité ou des outils :

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Cet emploi comporte-t-il des dangers physiques ou psychologiques?

Oui  ou Non

Si oui, explique :

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Parmi les règlements suivants, quels sont ceux exigés par l'entreprise auprès du travailleur observé ?

- ~ Arriver à heure fixe
- ~ Faire le travail dans un délai déterminé
- ~ Être à l'ordre
- ~ Prendre soin du matériel
- ~ Ne pas déranger les autres employés
- ~ Assurer la confidentialité
- ~ Autres : \_\_\_\_\_

Parmi les activités physiques suivantes, quelles sont celles faites régulièrement par le travailleur observé ?

- ~ Soulever des poids de plus de 10 kilos
- ~ Avoir une position stationnaire
- ~ Être debout régulièrement
- ~ Se déplacer souvent
- ~ Rester toujours à la même place
- ~ Monter et descendre
- ~ Être en équilibre
- ~ Se pencher
- ~ S'agenouiller
- ~ S'accroupir
- ~ Ramper
- ~ Tendre les bras et les mains
- ~ Tenir des objets de plus de 2 kilos
- ~ Tenir des objets de moins de 2 kilos
- ~ Autres : \_\_\_\_\_

L'emploi observé requiert-il un habillement spécifique? \_\_\_\_\_

Si oui, lequel :

\_\_\_\_\_

Nomme 3 outils utilisés dans cet emploi :

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Y a-t-il certaines normes ou règlements à respecter dans ce milieu de travail?

\_\_\_\_\_

Si oui, lesquels : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Nomme 3 mots de vocabulaire ou expressions techniques reliés à cet emploi que tu as appris :

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Donne 3 avantages à exercer cet emploi :

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Donne 2 inconvénients à exercer cet emploi :

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Quel est le nombre d'heures travaillées par jour et par semaine dans cet emploi?

Par jour : \_\_\_\_\_

Par semaine : \_\_\_\_\_

Quels sont ordinairement les jours de congé pendant la semaine? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Parmi les conditions de travail suivantes, lesquelles se rapportent au travailleur observé?

- ~ Bruits forts
- ~ Lumière intense
- ~ Vibrations continues
- ~ Poussière
- ~ Fumée
- ~ Produits dangereux
- ~ Odeurs fortes
- ~ Possibilités d'être injurié par un client
- ~ Stress constant
- ~ Impression d'être toujours débordé de travail
- ~ Autres : \_\_\_\_\_



# ÉVALUATION DU STAGE

En tenant compte de tes intérêts, de tes aptitudes et de tes traits de personnalité, aimerais-tu exercer cet emploi?

Oui  ou Non

Pour quelles raisons : \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Recommanderais-tu à une autre personne de faire cette observation de travail, avec le même travailleur ou la même travailleuse? Oui  Non  Indécis .

Si oui, lesquelles? \_\_\_\_\_

---

---

---

Qu'est-ce que tu as le plus aimé de cette journée? \_\_\_\_\_

---

---

---

Qu'est-ce que tu as le moins aimé de cette journée? \_\_\_\_\_

---

---

---





# MON CHOIX D'ORIENTATION

---

## But :

Ce questionnaire permet d'identifier les facteurs déterminants du choix d'orientation des élèves du secondaire, et plus particulièrement ceux inscrits en cinquième secondaire. Il peut également être utile aux élèves de l'enseignement professionnel, aux jeunes qui poursuivent des études postsecondaires et à ceux qui remettent en question leur choix d'orientation. Dans ce dernier cas, il peut fournir des indications sur les facteurs qui n'ont pas été suffisamment considérés au cours de ce processus.

## Administration :

L'administration de ce questionnaire prend environ 15 minutes. Les élèves doivent indiquer quel degré d'importance ils ont accordé à chacun des 47 facteurs mentionnés lors de leur choix d'orientation en encerclant une réponse parmi les suivantes :

- |   |
|---|
| <ol style="list-style-type: none"><li>1. Aucune importance</li><li>2. Peu d'importance</li><li>3. Moyennement d'importance</li><li>4. Beaucoup d'importance</li></ol> |
|---|

## Correction :

Pour corriger ce questionnaire, il suffit d'additionner chacune des réponses fournies par les sujets en tenant compte des différentes catégories de facteurs représentées :

Énoncés 1 à 19	Facteurs personnels (19 énoncés).
Énoncés 20 à 38	Facteurs sociaux ou reliés à l'environnement (19 énoncés).
Énoncés 39 à 46	Facteurs reliés à la profession préférée (8 énoncés).
Énoncé 47	Autres facteurs d'influence.

Les totaux ainsi obtenus sur chacune de ces catégories de facteurs, notamment les deux premières, peuvent ensuite être comparés afin de déterminer l'importance que leur ont accordée les répondants. Par exemple, suite à ce calcul, il serait possible de savoir si un sujet a davantage accordé d'importance aux facteurs personnels ou aux facteurs sociaux lors de son choix d'orientation ou encore de vérifier dans quelle mesure il a considéré les différents aspects de sa profession préférée.

## Propriétés psychométriques :

La valeur de cet instrument repose essentiellement sur sa validité de contenu. Plusieurs écrits théoriques et études scientifiques ont été analysés afin de cerner le plus grand nombre possible de facteurs d'influence du choix professionnel et du développement de carrière. Des experts en la matière ont ensuite jugé chacun de ces facteurs en fonction de son degré de pertinence par rapport au domaine mesuré et aux différentes dimensions (catégories) identifiées.

Référence : Gingras, M. et Lavoie, S. (1995). Les facteurs déterminants du choix d'orientation des jeunes du secondaire. *Natcon papers/Les actes du Conat*, 189-198.

# MON CHOIX D'ORIENTATION

Nom : \_\_\_\_\_

Sexe :  M  F

Date de naissance : \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_ École : \_\_\_\_\_

Pour effectuer ton choix d'orientation, quel degré d'importance as-tu accordé à chacun des facteurs suivants? (indique une seule réponse par énoncé).

Dans ce choix, j'ai accordé ...

	1	2	3	4
<b>Beaucoup</b> d'importance				4
<b>Moyennement</b> d'importance				3
<b>Peu</b> d'importance				2
<b>Aucune</b> importance				1
	↓	↓	↓	↓
1. à mes intérêts et à mes goûts .....	1	2	3	4
2. à mes aptitudes et à mes habiletés .....	1	2	3	4
3. à mes valeurs ou à mes besoins (ce qui est important pour moi) .....	1	2	3	4
4. à mes traits de personnalité (qualités, etc.) .....	1	2	3	4
5. à mes aspirations ou à mes ambitions .....	1	2	3	4
6. à mes capacités intellectuelles .....	1	2	3	4
7. à l'image que j'ai de moi-même .....	1	2	3	4
8. à mes résultats scolaires .....	1	2	3	4
9. à ma motivation aux études .....	1	2	3	4
10. à mes relations avec le personnel enseignant .....	1	2	3	4
11. à mes expériences de travail ou emploi(s) .....	1	2	3	4
12. à mes autres contacts avec le monde du travail (visites industrielles, observations de travailleurs, stages, etc.) .....	1	2	3	4
13. à mes activités parascolaires ou de loisirs .....	1	2	3	4
14. à mes connaissances des programmes de formation .....	1	2	3	4
15. à mes connaissances du marché du travail .....	1	2	3	4
16. à mes ressources financières .....	1	2	3	4
17. à mon incapacité de prendre des décisions .....	1	2	3	4
18. à ma peur de l'échec .....	1	2	3	4
19. à mon désir de fonder un foyer .....	1	2	3	4
20. au milieu d'où je proviens .....	1	2	3	4
21. à ma mère ou à mon père .....	1	2	3	4

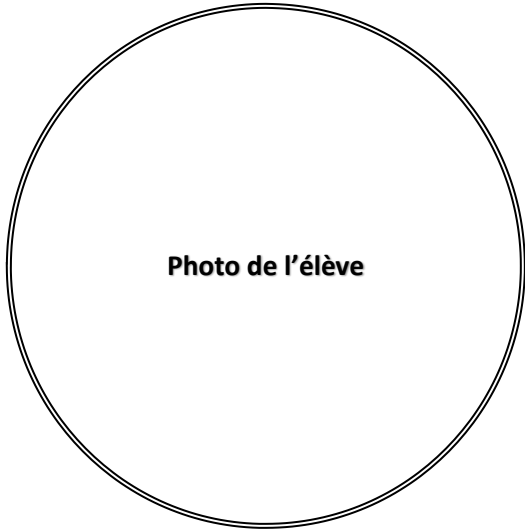
**Continue à la page suivante**

Dans ce choix, j'ai accordé ...

	Beaucoup d'importance				4
		Moyennement d'importance			3
			Peu d'importance		2
				Aucune importance	1
	↓	↓	↓	↓	↓
22. à une sœur ou à un frère .....	1	2	3	4	
23. à une amie ou à un ami .....	1	2	3	4	
24. à une personne qui étudie en vue d'exercer la profession de mon choix .....	1	2	3	4	
25. à une personne qui travaille dans la profession de mon choix .....	1	2	3	4	
26. à une enseignante ou à un enseignant en éducation au choix de carrière ....	1	2	3	4	
27. à une enseignante ou à un enseignant dans une autre matière .....	1	2	3	4	
28. à une conseillère ou à un conseiller d'orientation .....	1	2	3	4	
29. à d'autres personnels du monde scolaire (animateur, psychologue, personnel de soutien, éducateur spécialisé, infirmier, directeur, etc. ) .....	1	2	3	4	
30. au contenu des cours que j'ai suivis .....	1	2	3	4	
31. au contingentement des programmes de formation .....	1	2	3	4	
32. au coût des études .....	1	2	3	4	
33. à la distance des écoles de formation .....	1	2	3	4	
34. à la popularité du programme choisi .....	1	2	3	4	
35. à la réputation de la formation professionnelle .....	1	2	3	4	
36. aux développements technologiques .....	1	2	3	4	
37. aux préjugés véhiculés à l'égard des professions (avoir tel sexe, tel âge, tel niveau d'intelligence pour pouvoir exercer une profession en particulier) .....	1	2	3	4	
38. au rôle que j'ai à jouer au sein de la société .....	1	2	3	4	
39. à ce que les gens font dans la profession de mon choix .....	1	2	3	4	
40. aux perspectives d'emploi dans la profession de mon choix .....	1	2	3	4	
41. au prestige lié à la profession de mon choix .....	1	2	3	4	
42. au salaire versé dans la profession de mon choix .....	1	2	3	4	
43. aux conditions de travail (horaire, congés) dans la profession de mon choix	1	2	3	4	
44. aux caractéristiques personnelles requises (intérêts, aptitudes, traits de personnalité) dans la profession de mon choix .....	1	2	3	4	
45. à la formation scolaire nécessaire (type et durée) dans la profession de mon choix .....	1	2	3	4	
46. aux possibilités d'avancement dans la profession de mon choix .....	1	2	3	4	
47. à d'autres facteurs (hasard, refus, prérequis, accident, maladie, etc.) .....	1	2	3	4	



# Mon bilan d'orientation




Nom : \_\_\_\_\_

Groupe : \_\_\_\_\_

## 1. Mon profil personnel



Mes intérêts :


Mes aptitudes :

Mes traits de personnalité :

Ce que j'ai découvert de plus important sur  
moi :

## 2. Synthèse de mes démarches exploratoires d'orientation :

**1<sup>re</sup> démarche**

Métier ou secteur d'intérêt : \_\_\_\_\_

Liens avec mon profil personnel :

Ce que je retiens de cette démarche :

**2<sup>e</sup> démarche**

Métier ou secteur d'intérêt : \_\_\_\_\_

Liens avec mon profil personnel :

Ce que je retiens de cette démarche :

### 3<sup>e</sup> démarche

Métier ou secteur d'intérêt :

---

Liens avec mon profil personnel :

Ce que je retiens de cette démarche :

### 4<sup>e</sup> démarche

Métier ou secteur d'intérêt :

---

Liens avec mon profil personnel :

Ce que je retiens de cette démarche :

### 3. Mon secteur d'intérêt « coup de cœur »

Voici le secteur d'intérêt qui m'intéresse vraiment, à ce moment-ci de ma vie :

---

Les raisons qui font que ce secteur m'intéresse (faire des liens avec ton profil personnel) :



Dans ce secteur, voici un métier « à découvrir » et que je désire explorer :

---

### 4. Mon hypothèse de parcours

Hypothèse de parcours et qualité de la justification



À ce moment-ci de ma vie et suite à toutes les démarches exploratoires que j'ai faites, voici un métier « vedette » qui retient mon attention et que je présenterai à l'ensemble du groupe :

---

Pourquoi ai-je choisi ce métier?

Si je désire aller en **FORMATION PROFESSIONNELLE** je dois... (défis compétences, attitudes à développer, préalables du programme concerné).

Si je désire aller **AU COLLÉGIAL** je dois... (défis compétences, attitudes à développer, préalables du programme concerné).

Si je désire aller **À L'UNIVERSITÉ** je dois... (défis compétences, attitudes à développer, préalables du programme concerné).

Décrit en quelques mots tes démarches d'inscription au programme choisi.

Décrit en quelques mots tes démarches d'information concernant les prêts et bourses.