



L'INDICE DE PERSONNALITÉ DE TRAVAIL

Rapport de réorientation professionnelle



4-octobre-2006

Suzanne
Exemplaire

À propos de ce rapport

Ce rapport fournit une synthèse de vos réponses à L'indice de personnalité de travail. L'indice décrit les caractéristiques principales de votre personnalité qui influencent votre méthode de travail, votre façon d'interagir avec votre entourage, et le genre d'activités qui vous plaisent. Le rapport de réorientation professionnelle est conçu en vue de fournir des renseignements et des conseils ponctuels à ceux et celles qui sont en voie d'une réorientation professionnelle.

Toute personne qui doit faire face à une réorientation professionnelle doit prendre le temps d'examiner ses aptitudes et ses préférences. Elle doit ensuite identifier des objectifs précis. Le processus de réorientation professionnelle est souvent plus profitable lorsque l'individu prend le temps de bien planifier ce passage ; il permet également à l'individu d'atteindre plus rapidement son but ultime. C'est la simple logique qui nous dicte de bien identifier le trajet à suivre avant de nous engager sur la route !

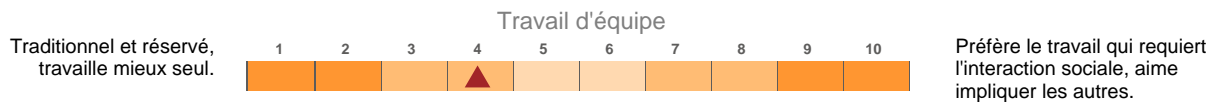
À l'intérieur de ce rapport, vous trouverez des descriptions de vos attributs personnels, de vos forces et de vos intérêts dans les domaines suivants : travailler avec d'autres, énergie et le dynamisme, votre style au travail, la résolution de problèmes, votre attitude face au stress et aux contraintes, et enfin, la reconnaissance et la gestion du changement. Votre rapport contient également des suggestions relatives à la gestion de votre réorientation professionnelle ainsi que des directives qui vous aideront à amasser l'information appropriée à votre carrière et à concevoir un plan d'action relatif à celle-ci.

La planification de votre carrière et de votre avenir devrait tenir compte des renseignements qui vous touchent personnellement et qui ne sont pas identifiés dans ce rapport, tel que vos aptitudes, vos antécédents académiques, vos compétences, vos expériences passées en matière de travail et de loisirs et enfin, votre situation familiale. Bien que ce rapport vous procure de l'information détaillée, sachez qu'il n'existe aucun test qui peut vous indiquer le choix de carrière que vous devez faire. Vous profiterez pleinement de toute l'information contenue dans ce rapport à la condition de discuter des résultats obtenus avec les personnes qui vous connaissent bien et avec un conseiller professionnel.

Travailler avec d'autres

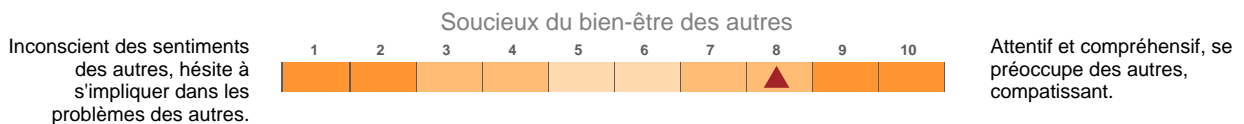
Chaque carrière et chaque réorientation professionnelle implique de l'interaction avec l'entourage. Vos traits de personnalité ont un impact sérieux sur votre façon de travailler avec d'autres et sur votre manière de vous adapter aux transitions professionnelles. Certaines personnes sont de nature extravertie et chaleureuse tandis que d'autres adoptent une attitude plutôt formelle et individualiste. Vos prédispositions à travailler avec des gens influenceront sur le type de carrières et de loisirs qui vous plaisent et sur votre façon de vivre votre quotidien. Ce chapitre du rapport étudie les tendances que vous avez définies en ce qui a trait à votre façon de communiquer avec d'autres et de vous entendre avec eux. Cette étude vous permet d'explorer votre façon d'interagir avec les gens tant dans un contexte social que dans le milieu de travail.

Travail d'équipe



Vous préférez travailler de manière indépendante, sans trop d'interaction avec les collègues de travail. Et bien que vous faites de votre mieux pour apporter votre collaboration et votre participation, vous croyez pouvoir donner un meilleur rendement à travailler seul ; vous croyez que le travail en équipe tend à vous ralentir. Cette aptitude que vous avez à travailler de manière indépendante peut sans doute vous mettre plus à l'aise quand vient le temps de transmettre de la critique constructive et de prendre des décisions qui peuvent être mal accueillies. Au travail, vous préférez planifier seul les tâches que vous avez à faire plutôt qu'avec un comité ou avec les membres d'un groupe. De plus, vous avez l'habitude d'aller de l'avant tout seul, et vous recherchez rarement l'avis ou l'opinion des autres. Les emplois qui pourraient vous plaire comportent des tâches que vous pouvez accomplir seul. Bien que chaque emploi comporte une certaine part de travail en collaboration avec d'autres personnes, vous vous devez de faire votre part, même si cela vous paraît inefficace. D'autre part, vous devrez faire en sorte que votre attitude indépendante ne vous empêche pas de percevoir de quelle manière les autres peuvent avancer votre carrière.

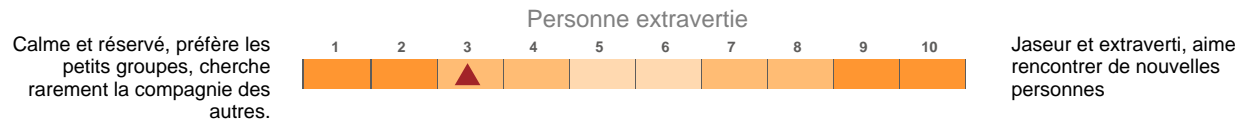
Soucieux du bien-être des autres



Vous êtes une personne diplomatique, dévouée et sensible aux émotions des autres, et vous réagissez bien à leurs distinctions émotives et sociales. Vous avez tendance à vous soucier du bien-être des autres et de leurs sentiments. Résultat : vous aurez du plaisir à travailler dans des domaines où vous devez aider les autres à résoudre leurs problèmes. Vous vous présentez bien et ceci vous permet de travailler efficacement dans des emplois où il est nécessaire de savoir évaluer les pensées et les sentiments des gens, tel que dans les domaines des soins prodigués aux bénéficiaires, le service à la clientèle et les ventes. Vous ressentez sans doute énormément de satisfaction dans votre travail quand vous pouvez venir en aide aux autres. Malheureusement, vos préférences peuvent vous nuire dans les instants où vous devez prendre des décisions qui affecteront négativement les gens. Faites bien attention que les gens n'abusent pas de votre générosité naturelle. Quand vous évaluez votre carrière et vous en planifiez l'avenir, surveillez-vous de ne pas accorder trop d'importance à la façon dont vos décisions affecteront votre entourage.

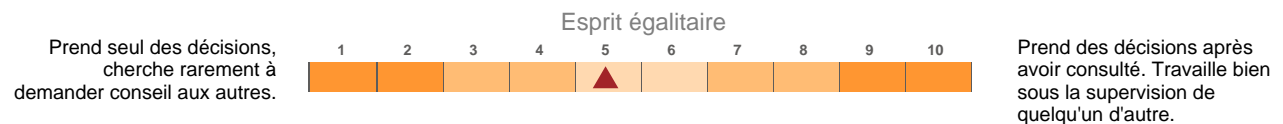
Travailler avec d'autres

Personne extravertie



Dans vos échanges avec les gens, vous avez tendance à être plus à l'aise dans des situations plus officielles qui n'exigent pas beaucoup de socialisation. Vous préférez travailler seul, ou avec un petit nombre de personnes que vous connaissez bien plutôt que de traiter souvent avec des étrangers. Bien que vous soyez à l'aise dans plusieurs contextes sociaux, vous appréciez pouvoir passer du temps seul pour vous recueillir. Vous attirez rarement l'attention quand vous êtes en groupe ; vous retirez plus de satisfaction à observer et à écouter ce qui se déroule autour de vous. Au travail, vous serez plus à l'aise dans des situations qui ne vous obligent pas à rencontrer des gens constamment. Vous serez sans doute plus heureux à travailler dans des milieux où vous pouvez évoluer seul sur des projets, où il y a peu d'interruptions, et où on vous offre de longues périodes de tranquillité pour réfléchir.

Esprit égalitaire



Lorsque vous prenez des décisions, vous cherchez conseil auprès des autres, ou vous agissez de manière autonome, le tout, en fonction de la question du jour. Vous êtes réceptif aux conseils et aux suggestions des autres, et vous reconnaissez le bienfait de faire participer d'autres personnes au processus décisionnel. Toutefois, dans les domaines où vous excellez, vous êtes disposé à agir seul et à ignorer l'avis des autres si cet avis entre en conflit sérieux avec votre ligne de pensée. Vous pourriez vous sentir limité dans des positions dans lesquelles il y a beaucoup de surveillance, ou dans des postes où plusieurs personnes sont impliquées dans le processus décisionnel. Cependant, lorsque vous êtes placé devant des questions problématiques et complexes, vous appréciez pouvoir consulter vos collègues.

Travailler avec d'autres - Sommaire de réorientation de carrière

Vos réponses indiquent que vous seriez heureux dans des choix de carrière qui :

- vous permettent de travailler de manière autonome la plupart du temps.
- impliquent peu de travail en équipe ou en groupe.
- vous amènent à aider les autres et à créer des relations intimes avec d'autres personnes.
- nécessitent de la compréhension interpersonnelle.
- ne nécessitent pas énormément de contacts avec des étrangers.
- vous permettent de travailler dans un milieu où les interruptions sont peu nombreuses et où les exigences sociales peu fréquentes.
- vous permettent de prendre conseil auprès des autres quand il s'agit de prendre des décisions majeures.
- vous accordent la latitude nécessaire pour compléter les tâches dans les disciplines que vous maîtrisez.

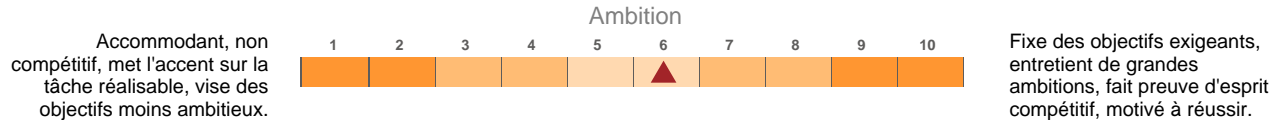
Pour générer efficacement la réorientation professionnelle, examinez ce qui suit :

- Surveillez que votre individualité ne vous empêche pas d'apprécier de quelle façon d'autres peuvent vous aider. Quand vous impliquez les autres, Vous pouvez obtenir plus d'information sur les possibilités de carrière quand vous impliquez les autres, et ces personnes peuvent agir à titre de groupe d'appui.
- Parce que vous vous préoccupez beaucoup du bien-être des autres, vous devez éviter de négliger vos propres besoins, et vous devez focaliser sur vos aspirations et vos objectifs.
- Accordez-vous suffisamment de temps pour bien formuler vos pensées lorsqu'il s'agit d'examiner des questions majeures. Il est important, toutefois d'agir de manière décisive. Pratiquez-vous à donner des réponses rapides à des questions d'entrevues ordinaires. Faites un pas hors de votre zone de sécurité personnelle en créant plus de contacts avec des personnes qui pourraient vous aider.
- Prenez conseil auprès des autres lorsqu'il vous faut prendre des décisions importantes, mais agissez seul quand il s'agit de questions moins cruciales.

Énergie et le dynamisme

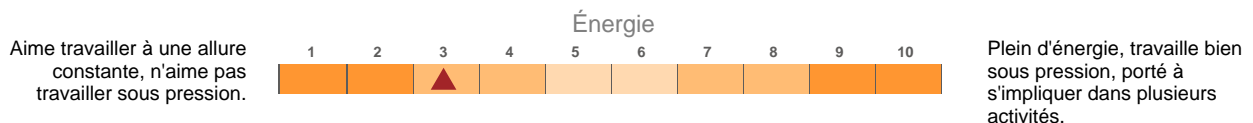
Ce chapitre examine les éléments qui vous motivent et votre ligne de conduite en ce qui a trait à la détermination et le respect de vos objectifs. De plus, il explore votre degré d'ambition, votre seuil d'énergie, votre persévérance et vos choix de leadership. Chacun de ces secteurs vise le genre de travail qui pourrait vous intéresser et la façon qu'il vous plairait d'y contribuer votre temps et vos ressources. Exemple : Le succès et l'avancement peuvent être des incitatifs déterminants pour certaines personnes de nature très ambitieuse. Par ailleurs, des personnes ayant un degré d'ambition moins fort peuvent apprécier des valeurs autres que le succès au travail et les promotions. La reconnaissance de ce qui vous motive et la direction dans laquelle vous souhaiteriez voir progresser votre carrière sont, ensemble, une phase majeure dans la détermination des professions idéales pour vous, et elles facilitent votre réorientation professionnelle.

Ambition



Comme la plupart des gens, vous reconnaissez l'importance de fixer des objectifs et de faire preuve d'un effort considérable pour réussir. Toutefois, vous appréciez un certain équilibre entre votre vie professionnelle et votre vie privée. Cette attitude s'illustre par votre prédisposition à vous fixer des objectifs réalisables. Vous ne vous percevez pas comme une personne hautement compétitive. Les autres voient en vous, sans doute, une personne motivée mais non un bourreau de travail. Vous aurez du plaisir à travailler dans des emplois qui comportent des défis à relever et qui offrent des possibilités d'avancement et d'épanouissement personnel. Cependant, si les tâches sont constamment exigeantes, vous pourriez vous sentir dépassé et surchargé. Le temps que vous prenez à apprécier votre milieu de travail et la position que vous occupez peuvent vous être aussi importants que l'ambition.

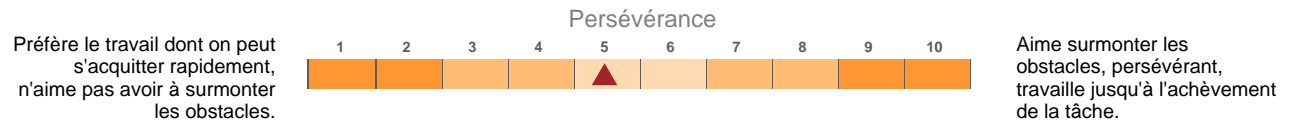
Énergie



Vous préférez le travail qui avance à un rythme constant et ne comporte pas trop d'exigences ou qui nécessite que vous composiez avec une diversité de tâches. Vous aimez vous trouver moins envahi par le travail ; vous risquez de vous sentir dépassé si on exige que vous gériez plusieurs projets à la fois. Résultat : vous aurez tendance à être plus heureux et plus efficace dans les positions qui n'exigent pas des accès d'énergie trop fréquentes. Vous préférez également être modéré dans votre usage du temps et n'aimez pas vous engager à outrance. Dans l'ensemble, le travail le plus satisfaisant pour vous sera celui qui offre peu de pression en temps ou en rendement. Puisqu'il vous arrive de dépenser de l'énergie quand vous êtes très occupé, prenez le temps de reconnaître à quel moment vous vous épuisez et faites une pause.

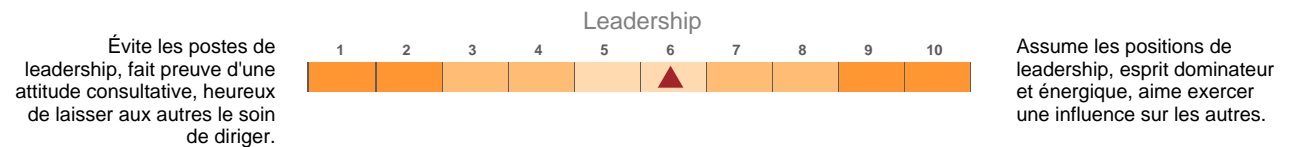
Énergie et le dynamisme

Persévérance



D'ordinaire, vous démontrez une assiduité et une volonté semblable à celles de la plupart des gens. Au travail, vous aurez la motivation voulue pour terminer vos tâches, mais vous serez porté à remettre à plus tard les projets qui suscitent peu votre intérêt ou les projets difficiles. Lorsque le travail vous oblige à surmonter quelques obstacles et à cibler des tâches exigeantes, vous paraissez satisfait de réussir à les compléter. Cependant, si les projets exigent beaucoup de temps et comportent des problèmes majeurs, vous pourriez être mécontent et vous décourager. C'est pourquoi le type de travail que vous aimerez le plus comprendra un heureux mélange de tâches difficiles qui exigent de l'assiduité et d'autres tâches que vous pourrez achever sans trop d'effort. Ceci vous permettra de focaliser sur les tâches plus faciles quand vous avez plus de difficulté à vous motiver à accomplir ces autres tâches qui requièrent beaucoup d'assiduité.

Leadership



Au travail, vous êtes disposé à prendre les affaires en charge, mais vous êtes également à l'aise de laisser aux autres le soin de jouer un rôle directeur. Quand c'est nécessaire, ou si la situation l'exige, vous assumerez un rôle de leadership pour donner des directives et des instructions aux autres. Toutefois, vous ne voulez pas toujours exercer ce degré élevé de responsabilité rattaché au rôle de leader. Vous préférez plutôt passer d'un rôle de leader à un rôle de subalterne selon la tâche. Dans ces domaines où vous avez l'expertise et les compétences nécessaires, vous aimez bien être en position de leadership. Cependant, quand vos talents ou votre habileté sont limités, vous êtes heureux de laisser aux autres le soin de prendre les choses en main.

Énergie et le dynamisme - Sommaire de réorientation de carrière

Vos réponses indiquent que vous seriez heureux dans des choix de carrière qui :

- présentent quelques possibilités d'avancement, mais le milieu de travail n'est pas très compétitif.
- sont exigeants, mais qui vous permettent de maintenir un équilibre entre les engagements professionnels et personnels.
- comportent aucune ou peu de contraintes de temps ; le milieu de travail est détendu.
- vous permettent de travailler à un rythme soutenu.
- comportent un mélange de tâches exigeantes qui nécessitent un effort tenace et des tâches qui peuvent être accomplies rapidement.
- impliquent du travail qui n'exige pas beaucoup de temps ou qui n'est pas laborieux.
- vous permettent d'assumer un rôle de leadership dans des situations qui traitent de votre domaine de compétences.
- vous permettent de jouer un rôle de subalterne dans des situations où votre expertise ou vos compétences ne sont pas appropriés.

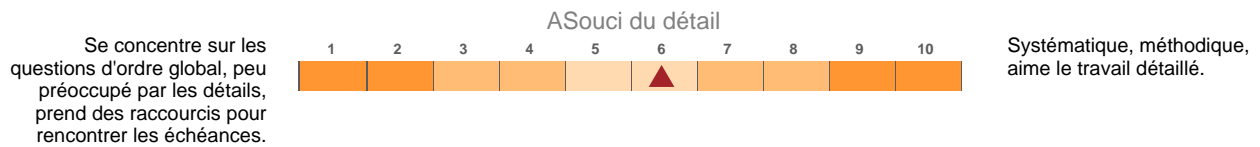
Pour générer efficacement la réorientation professionnelle, examinez ce qui suit :

- Dans certaines situations, vous serez plus efficace si vous adoptez une attitude de collaboration plutôt qu'une manière compétitive.
- Consacrez plus de temps et d'énergie aux activités reliées à votre réorientation professionnelle et développez une meilleure tolérance à une vie bien remplie. Après avoir entamé un projet ou une activité, vous pourrez constater que les exigences en énergie ne sont pas aussi importantes que vous l'avez imaginé.
- Surveillez de ne pas baisser les bras trop tôt devant des tâches difficiles. Cherchez des trucs pour vous motiver à persister devant les tâches ardues qui occupent beaucoup de temps.
- Assumez le contrôle des tâches ou des projets quand vous avez les compétences et l'expertise pertinentes. Dans les domaines où l'expérience vous fait défaut, fiez-vous aux conseils des autres.

Votre style au travail

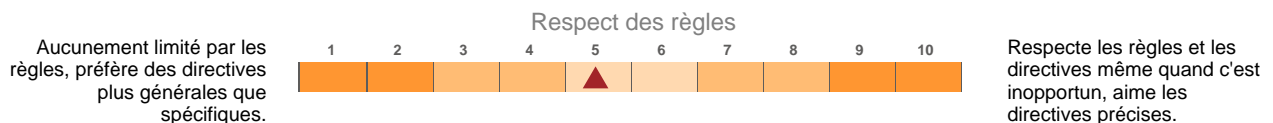
Chaque individu adopte une démarche singulière face au travail. La diversité des méthodes de travail repose sur le souci du détail de chaque personne, sur la confiance qu'on peut avoir en elle et sur son goût de l'ordre et de l'orientation. Certaines personnes préfèrent travailler dans un environnement ordonné, et elles sont consciencieuses. D'autres vont examiner les questions dans leur ensemble et adoptent une attitude décontractée. Vos choix dans de tels scénarios vont influencer sur les types de tâches et les milieux de travail qui pourront vous plaire.

Souci du détail



Vous voyez assez bien les détails, mais vous aimez également focaliser sur des questions plus vastes. Quand un travail exige que vous portiez une attention soutenue aux détails, peu vous échappe. Vous appréciez également le travail qui ne se soucie pas du détail, et vous aimerez sans doute les tâches qui vous permettent de faire les deux. Vous avez tendance à adopter une attitude logique et systématique face à votre travail, et vous aimez à ce que les choses soient faites au meilleur de vos capacités. Toutefois, quand il faut faire les choses rapidement, vous êtes disposé à aller au plus vite pour respecter les échéances. Vous mettez beaucoup d'effort à établir un juste milieu entre l'efficacité et la précision dans votre travail. Pour les tâches simples, vous aimerez un environnement de travail qui vous permet de travailler sans avoir à planifier ou à porter une attention soutenue aux détails. Cependant, pour les tâches plus complexes, vous aurez du plaisir à consacrer du temps et de l'énergie à réexaminer votre travail pour vous assurer qu'il respecte vos normes.

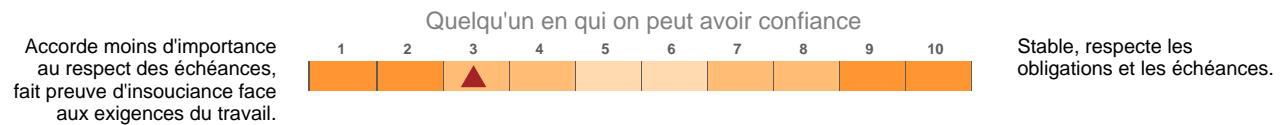
Respect des règles



Dans votre carrière, vous appréciez le travail qui présente une certaine structure. Vous n'avez aucun mal à suivre les règles et les directives. Vous êtes disposé à faire entorse aux règles si elles nuisent à votre travail ou si elles vous causent des ennuis personnels. Cette attitude plutôt cavalière face aux procédures se manifeste également par un certain mépris de la bureaucratie. Vous aimerez les emplois structurés, mais il est essentiel pour vous de pouvoir ignorer ces structures et ces procédures quand c'est nécessaire. Dans ce domaine, vos forces se manifestent par votre empressement à évaluer les règles et les procédures de travail et à les adapter ou en faire abstraction quand elles ne sont plus pertinentes.

Votre style au travail

Quelqu'un en qui on peut avoir confiance



Vous êtes tout à fait disposé à déplacer les échéanciers et à modifier les priorités, car vous jugez qu'ils sont flexibles. Lorsque surviennent des situations plus importantes, vous modifierez rapidement votre horaire et vous mettrez les tâches moins urgentes en attente. Parfois, il en résulte que vous n'accomplissez rien du tout. Cette attitude vous permet de bien travailler dans des situations qui comportent des exigences qui fluctuent constamment et dans lesquelles les priorités changent de jour en jour. Dans les milieux où les priorités évoluent rarement, l'excitation qu'entraîne le défi de plusieurs exigences risque de vous manquer.

Votre style au travail - Sommaire de réorientation de carrière

Vos réponses indiquent que vous seriez heureux dans des choix de carrière qui :

- sont passablement organisés, un milieu où le travail se fait dans un encadrement structuré.
- ne vous obligent pas à consacrer beaucoup de temps à analyser les détails.
- se déroulent dans un environnement où le travail s'accomplit selon des directives générales plutôt que des règles rigoureuses.
- vous accordent la liberté d'ajuster votre technique de travail, et leur administration ne repose pas sur des règles bureaucratiques trop rigides.
- vous pouvez déplacer l'ordre des priorités et ignorer les échéanciers lorsque surviennent des activités majeures.
- où l'ordre des priorités change quotidiennement, et il vous faut équilibrer des exigences fluctuantes.

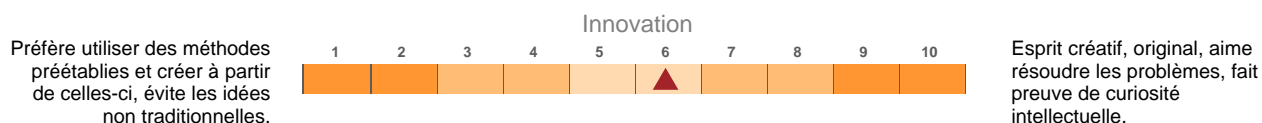
Pour générer efficacement la réorientation professionnelle, examinez ce qui suit :

- Fixez-vous un ensemble d'objectifs qui définissent ce que vous aimeriez accomplir au cours de votre réorientation professionnelle. Focalisez ensuite sur les détails particuliers et les tâches que vous devez accomplir en vue d'atteindre ces objectifs.
- Réévaluez de quelle manière vous gérez votre réorientation de carrière et remettez en question la façon dont vous pourriez améliorer les choses. Acceptez un peu d'encadrement quant à la façon de gérer votre carrière.
- Achevez vos obligations et vos engagements dans les délais prescrits. Évitez que votre attitude décontractée face à vos priorités ne porte les autres à vous percevoir comme une personne sur qui on ne peut pas compter.

Résolution de problèmes

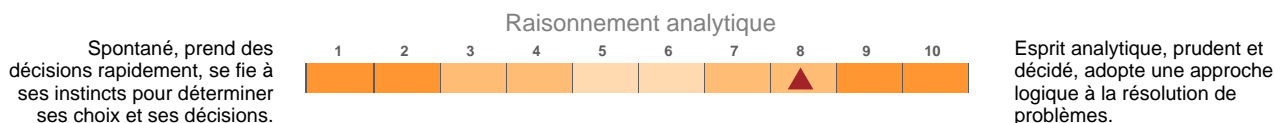
La résolution de problèmes en milieu de travail est une tâche primordiale au cours de la réorientation professionnelle. Bien que la nature des problèmes qui doivent être résolus peut varier, en général les gens adoptent sensiblement la même formule pour les résoudre. D'ordinaire, la résolution de problèmes implique deux activités essentielles, soit l'analyse de l'information et l'élaboration de solutions. Les caractéristiques de votre personnalité agissent sur la façon dont vous accomplissez chacune de ces tâches. Certaines personnes adoptent une attitude très analytique à l'examen de l'information, et elles focalisent sur des solutions bien logiques. D'autres se fient à leur instinct lorsqu'elles examinent l'information et elles tendent à rechercher des solutions à la fois originales et innovatrices.

Innovation



Vous êtes de nature quelque peu créative et vous aimez les approches originales aux tâches. Vous aimez résoudre des problèmes et rechercher des solutions à la fois pratiques et inusités. Vous avez tendance à maintenir un esprit raisonnablement ouvert, mais il vous arrive d'être insatisfait des idées trop traditionnelles. Vous préférez examiner des initiatives et des solutions à la fois pratiques et bien solides. Bien que vous puissiez formuler des idées créatives, vous ne vous considérez pas innovateur. Vous pouvez tout aussi bien créer à partir des idées des autres que concevoir vos propres formules. Vous préférez focaliser sur les solutions pratiques et explicites. Vous travaillez efficacement dans des positions constantes où la créativité n'est pas un prérequis très important.

Raisonnement analytique



Quand il vous faut résoudre des problèmes, vous le faites avec un esprit analytique et logique. Vous utilisez une formule d'évaluation à la fois soignée et résolue. Vous travaillez confortablement dans des situations qui exigent que vous trouviez des solutions à des problèmes complexes nécessitant une réflexion abstraite. Dans la plupart des situations, vous avez tendance à bien saisir des relations subtiles. Vous aimez recueillir le plus d'information possible en vue d'en arriver à une décision bien informée, et vous analysez soigneusement toutes les facettes des problèmes. Cette attitude intensive vous oblige à prendre beaucoup de temps, mais grâce à elle, il est rare que vous commettiez des erreurs de jugement. Au travail, vous aimerez sans doute le travail qui comporte l'analyse de données et des discussions sur les conclusions que vous en tirez. Vous aimerez également les tâches qui impliquent la résolution de problèmes difficiles. Dans de rares instants, il vous arrivera de prendre une décision spontanée, selon vos instincts. Toutefois, les travaux qui nécessitent une prise de décision rapide avant un examen judicieux risquent de vous causer du stress.

Résolution de problèmes - Sommaire de réorientation de carrière

Vos réponses indiquent que vous seriez heureux dans des choix de carrière qui :

- vous permettent de bâtir à partir des idées des autres.
- exigent un esprit quelque peu inventif, mais avant tout un esprit pratique bien attentif.
- implique l'exploration de solutions claires et nettes aux problèmes.
- exigent que vous trouviez la solution à des problèmes difficiles qui nécessitent une réflexion abstraite.
- impliquent l'étude de données et des discussions sur ces mêmes données.

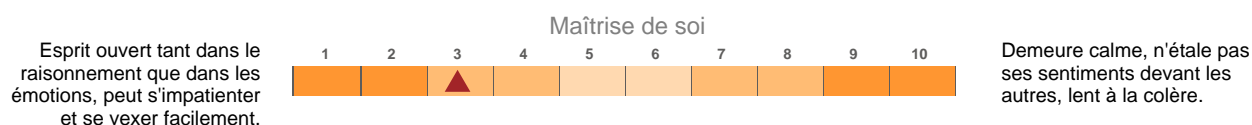
Pour générer efficacement la réorientation professionnelle, examinez ce qui suit :

- Vous prenez plaisir à résoudre des problèmes et vous aimez chercher des solutions à la fois originales et pratiques. Faites appel à votre créativité et votre esprit imaginaire pour déterminer de quelle manière vos compétences et votre expertise peuvent être utiles dans divers choix de carrières. Focalisez sur des tâches pratiques telles que la rédaction de votre curriculum vitae, les appels à des employeurs potentiels et le réseautage.
- Prenez le temps de travailler autant aux tâches créatives et aux tâches routinières nécessaires au succès de vos objectifs de carrière. Chacun de ces domaines est d'importance vitale à la bonne gestion d'une réorientation de carrière, bien que vous aimiez une tâche plus que l'autre.
- Quand vous résolvez des problèmes, vous êtes analytique et logique, et vous employez une méthode d'évaluation assurée et consciencieuse. Très souvent, ce comportement intense exige beaucoup de temps, mais vous commettez rarement des erreurs de jugement. Ne perdez pas trop de temps à analyser l'information, car cela pourrait vous empêcher de prendre des décisions.
- Faire face à une réorientation professionnelle comporte plusieurs décisions d'ordre mineur qui ne nécessitent pas beaucoup d'analyse ou de discussions. Lorsque vous devez faire face à des questions de moindre importance, fiez-vous à votre instinct et agissez de manière assurée. Ce comportement vous aidera à atteindre plus rapidement vos objectifs et vous donnera l'ardeur qu'il vous faut pour compléter d'autres activités professionnelles.

Faire face à la pression et au stress

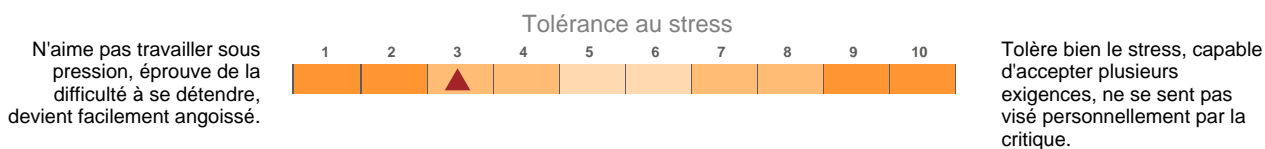
La façon dont vous gérez la pression et le stress au travail influent sur votre perception du travail et sur la manière que vous traitez les obstacles que toute personne doit surmonter au moment d'une réorientation professionnelle. Cette perception dépend de votre seuil de contrôle émotif et de votre souplesse. Les personnes qui tolèrent bien le stress et savent faire face à plusieurs exigences ont beaucoup de succès dans des postes où la pression est grande et n'ont aucun mal à accepter des réorientations de carrière. Les personnes qui n'aiment pas le stress ont tendance à rechercher la satisfaction et le succès dans le travail où les exigences sont moins fortes ; elles peuvent éprouver certaines difficultés à opérer la transition vers une réorientation de carrière.

Maîtrise de soi



Vous êtes une personne qui ne mâche pas ses mots et vous exprimez vos pensées et vos émotions ouvertement. Vous avez aussi l'habitude de vivre des hauts et des bas plus que d'autres personnes. En général, vous avez tendance à agir selon vos instincts et vos émotions ; vous ne faites pas d'efforts conscients pour vous retenir. Puisque vous exprimez ouvertement vos émotions, votre entourage est généralement conscient de ce que vous pensez ou de quelle façon vous réagissez devant un sujet ou un autre. Quand les choses vont mal, vous êtes contrarié, et vous pourriez devenir impoli ou faire preuve d'impatience face aux autres. Quand les choses vont bien, vous êtes animé et vous partagez votre joie avec les autres. Résultat : vous aimez le travail qui vous permet d'être spontané et ne vous oblige pas à masquer vos vrais émotions. Le travail qui comporte un grand nombre de situations stressantes risque de vous déplaire.

Tolérance au stress



Vous préférez le travail reposant, sans pression. Vous avez tendance à être moins décontracté face aux événements de la vie et vous êtes anxieux avant un événement important. Dans des situations très exigeantes, vous vous sentez souvent stressé et devenez rapidement tendu et inquiet. Vous avez tendance, également, à être sensible à la critique et à la rétroaction (feedback) négative ; souvent, vous vous croyez visé personnellement. Parce que vous vous sentez stressé et anxieux assez rapidement, vous êtes généralement porté à modifier votre comportement ou à vous forcer à terminer les tâches ou même à vous préparer à faire face à des impondérables stressants. Résultat : vous êtes généralement bien préparé. Les emplois qui vous satisferont sont ceux dont l'environnement de travail comporte des exigences limitées.

Faire face à la pression et au stress - Sommaire de réorientation de carrière

Vos réponses indiquent que vous seriez heureux dans des choix de carrière qui :

- vous accordent le loisir d'être sincère.
- n'exigent pas que vous ayez à travailler dans des situations où vous devez dissimuler vos émotions.
- comportent peu de tâches ou de situations exigeantes ou stressantes.
- se déroulent dans un environnement calme et détendu.

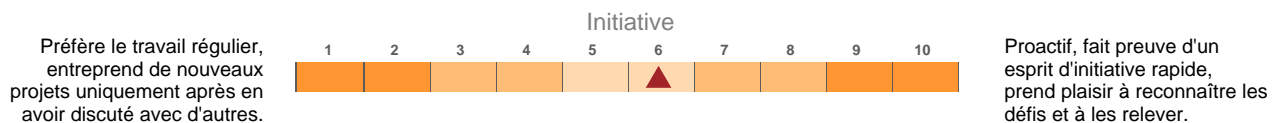
Pour générer efficacement la réorientation professionnelle, examinez ce qui suit :

- Vous êtes généralement franc et ouvert à exprimer vos pensées et vos émotions. Bien qu'il y ait des avantages à laisser savoir aux autres à quoi s'en tenir, il vaudrait mieux éviter d'exprimer des émotions que d'autres pourraient mal interpréter.
- Évitez de revivre les rencontres nuisibles que vous avez vécues au cours de votre réorientation de carrière. Quand vous vivez de mauvais moments, comptez jusqu'à 10 et réfléchissez avant de vous exprimer.
- Vous avez tendance à être moins détendu face à certaines choses, et vous êtes anxieux devant des événements majeurs ou des tâches importantes. Ne vous souciez pas des choses sur lesquelles vous n'avez aucun contrôle ; tournez-vous plutôt vers les activités moins stressantes quand vous vous sentez épuisé.
- Toute réorientation professionnelle comprend quelques situations stressantes. Apprenez les techniques de gestion du stress qui aident à vous détendre. De plus, apprenez à bien accepter la critique de manière constructive et non de façon personnelle. Enfin, focalisez sur la manière que cette critique peut vous contribuer à vous améliorer.

Reconnaître et gérer le changement

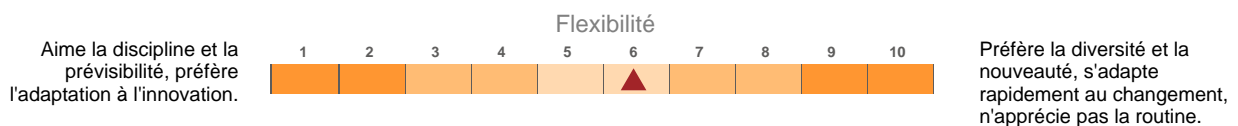
Votre façon de percevoir et de gérer le changement affecte grandement les tâches que vous aimerez accomplir. Face au travail qui nécessite des changements majeurs, les personnes qui se disent flexibles et qui ont un œil sur l'avenir réussissent bien et admettent y trouver une certaine satisfaction. Dans les milieux de travail où on observe une plus grande stabilité, les gens qui se disent être fiables et focalisés sur le présent réussissent bien et sont plus satisfaits. Vos choix influent largement sur la manière dont vous gérez les réorientations de carrière. Ceux et celles qui n'aiment pas le changement éprouvent de la difficulté devant la réorientation professionnelle tandis que les personnes qui apprécient le changement sont stimulés par la réorientation de carrière.

Initiative



Face à de nouvelles possibilités, vous êtes en mesure de les évaluer et de les actualiser. Cependant, vous n'êtes pas constamment à la recherche de nouveaux défis et vous ne profitez pas de toutes les occasions qui se présentent à vous. Vous êtes disposé à accepter de nouvelles responsabilités, mais vous aimez également avoir une certaine stabilité et une certaine constance tant dans votre travail que dans votre vie privée. De cette façon, votre style ressemble à celui de la plupart des gens. Au cours d'une réorientation professionnelle, il est essentiel d'accepter de nouvelles responsabilités et de consacrer du temps à cibler de nouvelles possibilités. Il est également important de demeurer fidèle aux activités structurées et moins stimulantes qui font partie du mode transitionnel. Vos préférences, dans ce domaine, devraient vous aider à bien faire avancer votre carrière. Les emplois que vous trouverez agréables sont ceux qui vous procureront un heureux mélange de responsabilités structurées et de nouveaux défis à relever.

Flexibilité



Vous aimez un peu de diversité dans votre vie et vous êtes de nature assez flexible. Vous appréciez des activités nouvelles et intéressantes, et vous vous ennuyez si le travail ou les activités de votre vie deviennent routiniers. Si les choses deviennent trop bien structurées ou figées, vous pourriez partir à la recherche de nouvelles activités pour injecter de l'animation dans votre vie. Bien que vous acceptiez bien le changement, vous appréciez aussi une vie quelque peu stable et prévisible. Si on vous demande de trop vous adapter, vous pourriez vous sentir dépassé. Dans des périodes de changement, vous préférez que ces changements se produisent à un rythme plus ralenti pour vous accorder le temps nécessaire de vous y ajuster. Dans une réorientation de carrière, vous devrez prendre le temps qu'il faut pour vous habituer à l'adaptation qu'on exigera de vous. Cependant, le plaisir que vous prenez à apprécier la diversité vous aidera certainement à bien vous ajuster.

Reconnaître et gérer le changement - Sommaire de réorientation de carrière

Vos réponses indiquent que vous seriez heureux dans des choix de carrière qui :

- vous donnent de nouvelles responsabilités, mais vous procurent également une certaine stabilité et une constance.
- vous procurent un heureux mélange de tâches structurées et de nouveaux défis à relever.
- vous permettent de focaliser plus sur l'achèvement de vos tâches actuelles que sur les nouvelles occasions d'affaires.
- comportent un peu de diversité, mais le travail, dans son ensemble, est généralement stable et change lentement.
- exigent de la flexibilité pour assurer l'adaptation à un nombre raisonnable de changements.
- implique quelques tâches routinières.

Pour générer efficacement la réorientation professionnelle, examinez ce qui suit :

- Vous êtes disposé à accepter de nouvelles responsabilités, mais vous appréciez également une certaine constance et de la stabilité dans vos activités de travail et dans votre vie privée. Au cours d'une réorientation de carrière, il est nécessaire d'accepter de nouvelles responsabilités et de consacrer du temps à cibler de nouvelles possibilités. Il faut aussi se borner à travailler aux tâches moins intéressantes mais bien structurées.
- Discutez des options de carrière potentielles avec des personnes que vous connaissez bien. Assurez-vous que votre recherche de stabilité n'influe pas de façon négative sur votre examen de nouvelles possibilités de carrière.
- Bien que le changement ne vous déplaît pas, vous appréciez une certaine constance et de la continuité dans votre vie. Au moment de cibler des possibilités de carrière, vous devez reconnaître qu'il vous faut un peu de flexibilité et il vous faudra assouplir certains aspects de votre vie. Prenez donc le temps de réfléchir à tout ce qu'une réorientation de carrière implique ; acceptez les divers changements qu'il vous faudra faire dans un tel cas.
- Apportez des changements à votre plan de carrière uniquement lorsque nécessaire et non simplement parce qu'il vous faut un peu de nouveauté. Examinez votre réorientation de carrière avec une perspective optimiste qui focalise sur la façon dont le changement peut améliorer votre vie.

Exercices de révision et de planification de carrière

Ce rapport de réorientation professionnelle de l'indice de personnalité de travail définit de quelle manière vos préférences personnelles se rapportent à votre façon d'aborder vos tâches, et les divers genres d'activités qui vous plaisent et que vous jugez très satisfaisants. L'analyse de votre situation actuelle constitue la première étape de la planification de vos objectifs de carrière. Après avoir examiné la documentation concernant vos préférences, il est bon de prendre le temps de faire une revue de l'information et de commencer à fixer des objectifs.

Lorsqu'ils sont aux prises avec des décisions concernant leur carrière, la plupart des gens cherchent à amasser de l'information sur eux-mêmes afin de cibler les occasions possibles de carrières. Les gens veulent aussi des directives sur la façon de planifier en vue de l'avenir et souhaitent prendre les bonnes décisions. Il est essentiel de reconnaître qu'il n'existe aucun test qui peut vous donner des réponses assurées quant au cheminement de carrière qu'il vous faut suivre.

reconnaître vos forces exceptionnelles et une acquérir une connaissance approfondie des types de travail et d'activités qui vous plairont et dans lesquels vous aurez sans doute du succès. Les pages qui suivent renferment un certain nombre d'exercices qui vous orienteront dans le processus de cueillette de renseignements concernant vos intérêts et vos forces professionnels, et vous aideront à structurer un plan de développement de carrière. En élaborant ce plan et en consacrant tous vos efforts à atteindre vos objectifs, vous aurez beaucoup plus de succès à vivre l'expérience de la réorientation professionnelle.

Lisez attentivement votre rapport et mettez au premier plan les secteurs qui traitent de vos forces. Inscrivez ci-après, dans vos propres mots, ce que vous jugez être vos forces personnelles.

Le travail en groupes

Énergie et le dynamisme

Votre style au travail

Résolution de problèmes

Faire face à la pression et au stress

Reconnaître et gérer le changement

Mes forces professionnelles

Travailler avec d'autres

Énergie et le dynamisme

Votre style au travail

Résolution de problèmes

Faire face à la pression et au stress

Reconnaître et gérer le changement

Les intérêts professionnels

Lorsque vous faites la rétrospective de vos expériences, quelles activités de travail et de loisirs vous ont donné le plus grand sentiment de satisfaction ou de réalisation ?

De quelle façon vos expériences et vos attirances ont-elles rapport aux activités et aux compétences requises pour le type de travail qu'on exige des gens qui font le type de travail que vous aimeriez faire ?

Ébaucher un plan de développement de carrière

La mise au point d'un plan de carrière détaillé et complet renfermant les objectifs et les échéanciers précis est l'une des étapes les plus cruciales de la gestion réussie d'une réorientation professionnelle. Trop souvent, les personnes impliquées dans une réorientation de carrière s'attardent à préparer des curriculum vitae, à présenter des demandes d'emploi ou à choisir la voie de la retraite sans s'arrêter à planifier leurs activités. Résultat : les gens emploient des techniques de recherche d'emploi médiocres, ou ils prennent des décisions qu'il leur arrive de regretter plus tard.

Le meilleur point de départ pour les gens en voie de réorientation de carrière est l'identification de leurs forces, de leurs préférences et de leurs objectifs. Le temps que vous consacrez à planifier votre réorientation professionnelle rend le processus beaucoup plus satisfaisant, et vous atteindrez vos objectifs plus rapidement. Il est tout à fait naturel de reconnaître la direction que vous voulez prendre avant d'entreprendre le voyage.

Il vous faut un sens d'orientation à la fois concret et logique pour atteindre les objectifs recherchés. Vos objectifs devraient être liés à vos forces et à vos intérêts en milieu de travail. Des objectifs trop idéalisés peuvent vous démotiver tandis que des objectifs trop modestes risquent d'ébranler votre confiance. En répondant aux questions qui suivent, vous pouvez élaborer des objectifs de carrière qui vous permettront d'utiliser votre plein potentiel. Inscrivez les réponses sur une feuille à part.

1. Quel emploi, quelle carrière ou quelles activités de loisirs aimeriez-vous connaître davantage ou cibler pour l'avenir ? Quels sont, sur l'ensemble, vos objectifs de carrière ? Plus vos objectifs sont précis, plus vous aurez de la facilité à vous motiver à les atteindre.
2. Quelle expérience ou quelle formation vous faut-il pour vous amener à l'étape suivante de votre carrière ?
3. Quelles sont les démarches les plus fondamentales que vous pouvez entreprendre pour améliorer votre rendement et vous donner plus de satisfaction dans la vie ?
4. Examinez les secteurs de votre rapport qui ont trait à la gestion efficace de la réorientation professionnelle. Que vous faut-il faire pour vous assurer d'atteindre vos objectifs ? Dressez la liste des étapes et des activités particulières.
5. Que devrez-vous cesser de faire qui porte entrave actuellement au succès que vous recherchez ?
6. Quels échéanciers vous faut-il fixer pour vous assurer d'atteindre vos objectifs ?

Révision de votre plan de développement

Après avoir répondu aux questions précédentes et après avoir ébauché les notions de base de votre plan de développement de carrière, accordez-vous le temps d'examiner ce que vous avez observé et prenez note de ce qui suit :

Qu'est-ce qui vous plaît le plus dans votre plan ?

Que vous faut-il faire pour améliorer votre plan ?

Quels aspects de votre plan aimeriez-vous discuter avec des gens que vous respectez - parent, conjoint(e), bon(ne) ami(e), conseiller en orientation de carrière ? C'est maintenant le meilleur moment de le faire.

Au fur et à mesure que vous avancez dans votre carrière, revenez à l'occasion sur votre plan de développement de carrière et examinez ce que vous y avez écrit. Au fur et à mesure que les circonstances de votre vie évoluent, divers aspects de votre carrière devront sans doute être adaptés ou modifiés. En faisant un suivi constant de vos préférences et de vos forces, et en vous fixant des objectifs réalistes, vous aurez plus de facilité à atteindre le progrès que vous souhaitez dans votre carrière. Bon succès !