

Mes intérêts

L'intérêt, c'est ce qui me pousse vers quelque chose, un penchant, un goût pour un genre d'activités. C'est ce qui me plaît, ce qui m'attire. Est-ce que j'aime ... ?

Cochez 15 à 20 sujets d'intérêts et indiquez 10 à 15 sujets de désintérêts majeurs

☐ Communiquer	☐ Étudier la biologie	☐ Lire un plan
☐ Étudier la chimie	☐ Communiquer des renseignements	☐ Faire du sport
☐ Jouer d'un instrument de musique	☐ Faire de la photographie	☐ Exécuter des travaux avec minutie
☐ Rédiger, écrire	☐ Organiser, planifier	☐ Travailler de façon répétitive
☐ Travailler avec des instruments	☐ La danse	☐ Comprendre les sciences politiques
☐ Le monde de la mode	☐ Comprendre l'économie	☐ Travailler sur un produit concret
☐ Animer un groupe	☐ Étudier la physique	☐ Tenir un budget
☐ Travailler sur un ordinateur	☐ Prendre des décisions	☐ Faire un exposé devant un groupe
☐ Lire	☐ Comprendre les animaux	☐ Exécuter un long travail de recherche
☐ Écrire au clavier d'ordinateur	☐ Compiler des statistiques	☐ Travailler seul
☐ Le monde du cinéma	☐ Travailler avec des chiffres	☐ Faire des activités bénévoles
☐ Inventer	☐ Étudier la géographie	☐ Comprendre l'histoire
☐ Observer des gens	☐ Rédiger des rapports détaillés	☐ Travailler en industrie
☐ Observer des phénomènes physiques	☐ Entrer en compétition	☐ Faire un travail diversifié
☐ Étudier la littérature	☐ Faire de la peinture	☐ Aller au-devant des gens
☐ Faire des voyages	☐ Travailler en laboratoire	☐ Analyser des lois
☐ Travailler manuellement	☐ Étudier la psychologie	☐ Étudier la sociologie
☐ Dessiner	☐ Conduire des véhicules	☐ Faire de la cuisine
☐ Le monde de la publicité	☐ Décorer	☐ Diriger des personnes
☐ Faire du travail de bureau	☐ Le milieu médical	☐ Travailler dans la mécanique
☐ Étudier la philosophie	☐ M'exprimer oralement	☐ Classifier, ranger des documents
☐ Persuader les autres	☐ Comprendre le monde de la finance	☐ Créer
☐ Comprendre des manuels d'instruction	☐ Travailler avec la méthode scientifique	☐ Négocier
☐ Avoir des contacts fréquents avec les gens	☐ Travailler sur des idées (les analyser, les évaluer)	☐ Faire des recherches, des analyses détaillées
☐ Comprendre le monde des affaires, des entreprises	☐ Le monde de la radio, de la télévision, des journaux	☐ Présenter des choses de façon soignée
☐ Soigner des gens qui ont des maux physiques	☐ Aider des gens en difficulté psychologique et/ou sociale	☐ Entrer en contact avec des gens pour organiser une réunion
☐ Enseigner, aider quelqu'un à apprendre, à comprendre	☐ Travailler sur des objets, de la matière non-vivante	☐ Bricoler (fabriquer, réparer des objets)
☐ Faire des raisonnements mathématiques	☐ Aller au théâtre, lire des pièces ou faire une activité théâtrale	☐ Apprendre des langues parlées et écrites

Autres intérêts (précisez) : _____

Mes valeurs et mes besoins

Un besoin est ce qu'il me faut pour me sentir bien dans ma vie. Est-ce que je trouve important de ... ? Est-ce que je tiens à ... ?

Cochez 10 à 15 valeurs et besoins principaux parmi les suivants :

- | | | |
|--|--|--|
| ☐ Être très spécialisé | ☐ Exercer un leadership | ☐ Avoir de la compétition |
| ☐ Planifier moi-même mes tâches | ☐ Travailler seul | ☐ Obtenir de l'avancement |
| ☐ Vivre à la campagne | ☐ Avoir beaucoup de liberté d'action | ☐ Communiquer |
| ☐ Vivre à la ville | ☐ Vivre plusieurs choses nouvelles | ☐ Travailler à mon propre rythme |
| ☐ Être engagé politiquement | ☐ Avoir beaucoup de responsabilités | ☐ Avoir du prestige |
| ☐ Avoir un haut niveau d'études | ☐ Suivre des cours le soir seulement | ☐ Créer des choses |
| ☐ Être cultivé | ☐ Être engagé socialement | ☐ Diriger d'autres personnes |
| ☐ Utiliser mon imagination | ☐ Avoir des activités diversifiées | ☐ Être autonome dans mon travail |
| ☐ Avoir une sécurité d'emploi | ☐ Courir des risques | ☐ Me sentir en bonne forme physique |
| ☐ Faire des études dans ma région | ☐ Travailler en équipe | ☐ Prendre des décisions |
| ☐ Être concentré sur des tâches | ☐ Aider les autres directement | ☐ Être bien vêtu |
| ☐ Exercer une profession bien vue par la société | ☐ Ne pas avoir trop d'efforts à fournir pour réussir mes études | ☐ Acquérir beaucoup de connaissances nouvelles |
| ☐ Ne pas travailler à des tâches urgentes | ☐ Être apprécié par plusieurs personnes | ☐ Travailler à la résolution de problèmes complexes |
| ☐ Exécuter une tâche plutôt que la concevoir | ☐ Travailler à l'avancement de la science | |
| ☐ Demeurer dans ma ville ou dans ma région pour exercer ma profession | ☐ Travailler dans un endroit tranquille | |

Autres valeurs et besoins (précisez) : _____

Mes aptitudes

Une capacité ou une facilité particulière : ma capacité à ...
ma facilité à ... ma faculté de ..., mes talents personnels.
Est-ce que j'ai de la facilité à ...?

Cochez 15 à 20 aptitudes principales et indiquez ainsi 10 à 15 inaptitudes majeures.

☐ Bricoler	☐ Rédiger un texte	☐ Entrer en relation avec des gens
☐ Analyser des idées	☐ Créer des choses	☐ Comprendre l'histoire
☐ Prendre des décisions	☐ Saisir le sens des mots	☐ M'exprimer verbalement
☐ Comprendre la chimie	☐ Aider les autres	☐ Superviser le travail des autres
☐ Animer un groupe	☐ Dessiner avec des instruments	☐ Comprendre les langues
☐ Manipuler de petits objets	☐ Comprendre la psychologie	☐ Faire des déductions
☐ Lire des plans	☐ Faire des rapports de laboratoire	☐ Faire du théâtre
☐ Me concentrer assez longtemps	☐ Comprendre les autres	☐ Faire des recherches détaillées
☐ Apprendre les mathématiques	☐ Remarquer des détails	☐ Coordonner des activités
☐ Travailler sous pression	☐ Être confiant en moi-même	☐ Analyser des comportements
☐ Jouer d'un instrument de musique	☐ Vérifier et compiler des chiffres	☐ Comprendre l'économie
☐ Être ouvert aux idées nouvelles	☐ Influencer les gens	☐ Apprendre la biologie
☐ Entrer en compétition avec les gens	☐ Faire un programme sur ordinateur	☐ Négocier
☐ Interviewer des gens	☐ Comprendre la géographie	☐ Faire de la photographie
☐ Faire de la mécanique	☐ Comprendre les sciences politiques	☐ Juger d'une situation
☐ Être ordonné, méthodique	☐ Obtenir la confiance des autres	☐ Apprendre la physique
☐ Motiver les autres	☐ Danser	☐ Enseigner
☐ Décorer une pièce dans une maison	☐ Avoir une grande capacité de travail	☐ Faire du sport
☐ Cuisiner	☐ Travailler à l'aide d'un ordinateur	☐ Déléguer des tâches
☐ Dessiner des graphiques	☐ Recueillir des informations	☐ Estimer des coûts
☐ Observer des phénomènes physiques	☐ Résoudre des problèmes scientifiques	☐ Tenir un dossier à jour
☐ Comprendre le fonctionnement d'objets, d'équipements	☐ Rapporter des idées, des informations	☐ Travailler dans le domaine de la vente
☐ Soigner des gens souffrant physiquement	☐ Bien agencer des choses (sens de l'esthétique)	☐ Faire des résumés, des synthèses de livres
☐ Entrer en contact avec des gens « hors normes »	☐ M'adapter à des situations qui me demandent de réagir assez rapidement	☐ M'adapter à des heures de travail irrégulières

Autres aptitudes (précisez):

SYNTHÈSE

Mes cinq principaux INTÉRÊTS	Mes cinq principaux DÉSINTÉRÊTS
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.

Mes cinq principales APTITUDES	Mes cinq principales INAPTITUDES
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.

Mes trois VALEURS prioritaires
1.
2.
3.