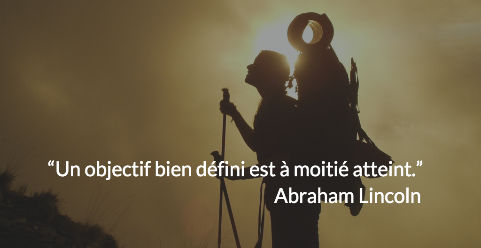


**

*Vers un choix professionnel*

Portfolio de ma démarche professionnelle

Source : Inspiré de Carrefour FGA, [www.carrefourfga.com/ComplementPE/DDProfessionnel.html](http://www.carrefourfga.com/ComplementPE/DDProfessionnel.html), consulté le 15 juin 2017



**Situation d’apprentissage 1**

***Mes facteurs de réalité personnels***

**Tableaux des facteurs de réalité personnels**

**Bilan pré-exploratoire de référence**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Connaissance de soi** | | | | |
| **Étape pré-exploratoire** | | **1re**  **exploration** | **2e**  **exploration** | **3e**  **exploration** |
| Résultats de tests psychométriques |  |  |  |  |
| Mes champs d’intérêt  (Holland)  Code RIASEC |  |  |  |  |
| Mes aptitudes |  |  |  |  |
| Mes valeurs |  |  |  |  |
| Mes conditions de travail souhaitées |  |  |  |  |
| Mes aspirations personnelles |  |  |  |  |
| Mes aspirations  professionnelles |  |  |  |  |
| Mes capacités physiques |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Obstacles personnels** | | | | |
| **Étape pré-exploratoire** | | **1re**  **exploration** | **2e**  **exploration** | **3e**  **exploration** |
| Ai-je des préjugés pouvant m’influencer au regard du choix des métiers ou des professions?  Quels sont-ils? |  |  |  |  |
| Y a-t-il pour moi, des métiers ou des professions associés à des stéréotypes?  Si oui, nomme-les. |  |  |  |  |
| Ai-je des peurs liées à la formation ou à l’exercice d’un métier ou d’une profession? Si oui, nomme-les. |  |  |  |  |
| Combien de mois ou d’année suis-je prêt(e) à investir dans une formation (mes études)? |  |  |  |  |
| Quelles sont les ressources d’aide financière existante (ex. : prêts et bourses)?  Ai-je accès à ses ressources financières? |  |  |  |  |
| Suis-je prêt à déménager ou à voyager pour suivre une formation scolaire?  Suis-je prêt à déménager ou à voyager pour exercer un métier ou profession? |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Influence de l’entourage** | | | | |
| **Étape pré-exploratoire** | | **1re**  **exploration** | **2e**  **exploration** | **3e**  **exploration** |
| Est-ce que je subis de la pression ou de l’influence de la part des membres de ma famille à l’égard de mon choix professionnel?  Justifie ta réponse. |  |  |  |  |
| Est-ce que je subis de la pression ou de l’influence de la part de mes amis à l'égard de mon choix professionnel?  Justifie ta réponse. |  |  |  |  |
| Est-ce qu’il y a des personnes-ressources significatives de mon centre ou extérieur qui m’influence?  Justifie ta réponse. |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Éléments de persévérance** | | | | |
| **Étape pré-exploratoire** | | **1re**  **exploration** | **2e**  **exploration** | **3e**  **exploration** |
| Qu’est-ce qui motive mon choix professionnel? |  |  |  |  |
| Quelles sont les aptitudes et les capacités qui me permettront de réaliser un choix professionnel? |  |  |  |  |
| Dans toutes les sphères de ma vie, quelles sont les actions dont je suis les plus fières d’avoir réalisé? |  |  |  |  |
| Quels gestes ai-je posés ou quels sont ceux que je prévois réaliser pour déterminer mon choix professionnel? |  |  |  |  |
| Quelles sont les prochaines étapes que je pense entreprendre pour déterminer mon choix professionnel? |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Expérience de vie** | | | | |
| **Étape pré-exploratoire** | | **1re**  **exploration** | **2e**  **exploration** | **3e**  **exploration** |
| Mon niveau de scolarité complétée (3e, 4e 5e secondaire ou autre) et autres formations acquises (Word, cartes de compétence…). |  |  |  |  |
| Mes compétences développées par mes expériences de vie. |  |  |  |  |
| Mes compétences développées par mes expériences de travailleur salarié. |  |  |  |  |
| Mes compétences développées par mes expériences de bénévolat. |  |  |  |  |
| Mes compétences développées par mes expériences d’entrepreneuriat. |  |  |  |  |

**Réflexion sur mes facteurs de réalité personnels**

Lequel de vos facteurs de réalité personnels seriez-vous prêt à laisser tomber pour professionnel? Justifiez votre réponse.

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



Commentaire de l’enseignant

|  |
| --- |
|  |

Commentaire du conseiller en orientation (s’il y a lieu)

|  |
| --- |
|  |



**Situation d’apprentissage 2**

***Recherche de métiers ou professions***

Préparation

**Facteurs prioritaires**

Déterminez vos facteurs prioritaires et justifiez votre choix.

|  |  |
| --- | --- |
| **Facteurs prioritaires** | **Justification** |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

Réalisation

**Fiches d’exploration**

1. **Première étape exploratoire**

Résultats de l’Orientest

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Métier ou profession |  |  |  |  |
| Pourquoi ce choix? |  |  |  |  |

1. **Ressources documentaires**

Internet ou guides

Source :

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Métier ou profession |  |  |  |
| Pourquoi ce choix? |  |  |  |

Source :

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Métier ou profession |  |  |  |
| Pourquoi ce choix? |  |  |  |

Source :

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Métier ou profession |  |  |  |
| Pourquoi ce choix? |  |  |  |

Source :

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Métier ou profession |  |  |  |
| Pourquoi ce choix? |  |  |  |

1. **Journées Carrières ou Portes ouvertes**

Endroit :

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Métier ou profession |  |  |  |
| Pourquoi ce choix? |  |  |  |

Endroit :

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Métier ou profession |  |  |  |
| Pourquoi ce choix? |  |  |  |

1. **Le conseiller en orientation**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Métier ou profession |  |  |  |
| Pourquoi ce choix? |  |  |  |

1. **Préparation à l’exploration professionnelle**

**b) Choix de métiers ou de professions**

**Fiche no 1**

**Métier ou profession exploré**

**Raisons de ce choix**

**Rôles et tâches de travail**

**Caractéristiques du métier ou de la profession**

|  |  |
| --- | --- |
| Capacités physiques nécessaires à l’exercice du métier |  |
| Habiletés favorables à un exercice optimal du métier |  |
| Qualités souhaitées à l’exercice du métier |  |
| Aptitudes générales nécessaires à l’exercice du métier   * Physiques * Psychologiques * Relationnelles |  |
| Champs d’intérêt de ceux qui exercent ce métier |  |
| Habitudes de travail exigées par l’exercice du métier |  |

**Exigences de formation**

|  |  |
| --- | --- |
| Titre et niveau de la formation |  |
| Spécialisation, s’il y a lieu |  |
| Exigences réglementaires, s’il y a lieu |  |

**Conditions de travail**

|  |  |
| --- | --- |
| Horaire de travail |  |
| Salaire |  |
| Risques liés à l’emploi |  |
| Possibilité d’avancement, s’il y a lieu |  |
| Environnement de travail  Exemples :   * Conditions climatiques * Niveau d’autonomie * Individuel ou en équipe |  |

**Fiche no 2**

**Métier ou profession exploré**

**Raisons de ce choix**

**Rôles et tâches de travail**

**Caractéristiques du métier ou de la profession**

|  |  |
| --- | --- |
| Capacités physiques nécessaires à l’exercice du métier |  |
| Habiletés favorables à un exercice optimal du métier |  |
| Qualités souhaitées à l’exercice du métier |  |
| Aptitudes générales nécessaires à l’exercice du métier   * Physiques * Psychologiques * Relationnelles |  |
| Champs d’intérêt de ceux qui exercent ce métier |  |
| Habitudes de travail exigées par l’exercice du métier |  |

**Exigences de formation**

|  |  |
| --- | --- |
| Titre et niveau de la formation |  |
| Spécialisation, s’il y a lieu |  |
| Exigences réglementaires, s’il y a lieu |  |

**Conditions de travail**

|  |  |
| --- | --- |
| Horaire de travail |  |
| Salaire |  |
| Risques liés à l’emploi |  |
| Possibilité d’avancement, s’il y a lieu |  |
| Environnement de travail  Exemples :   * Conditions climatiques * Niveau d’autonomie * Individuel ou en équipe |  |

**Fiche no 3**

**Métier ou profession exploré**

**Raisons de ce choix**

**Rôles et tâches de travail**

**Caractéristiques du métier ou de la profession**

|  |  |
| --- | --- |
| Capacités physiques nécessaires à l’exercice du métier |  |
| Habiletés favorables à un exercice optimal du métier |  |
| Qualités souhaitées à l’exercice du métier |  |
| Aptitudes générales nécessaires à l’exercice du métier   * Physiques * Psychologiques * Relationnelles |  |
| Champs d’intérêt de ceux qui exercent ce métier |  |
| Habitudes de travail exigées par l’exercice du métier |  |

**Exigences de formation**

|  |  |
| --- | --- |
| Titre et niveau de la formation |  |
| Spécialisation, s’il y a lieu |  |
| Exigences réglementaires, s’il y a lieu |  |

**Conditions de travail**

|  |  |
| --- | --- |
| Horaire de travail |  |
| Salaire |  |
| Risques liés à l’emploi |  |
| Possibilité d’avancement, s’il y a lieu |  |
| Environnement de travail  Exemples :   * Conditions climatiques * Niveau d’autonomie * Individuel ou en équipe |  |

**Fiche no 4**

**Métier ou profession exploré**

**Raisons de ce choix**

**Rôles et tâches de travail**

**Caractéristiques du métier ou de la profession**

|  |  |
| --- | --- |
| Capacités physiques nécessaires à l’exercice du métier |  |
| Habiletés favorables à un exercice optimal du métier |  |
| Qualités souhaitées à l’exercice du métier |  |
| Aptitudes générales nécessaires à l’exercice du métier   * Physiques * Psychologiques * Relationnelles |  |
| Champs d’intérêt de ceux qui exercent ce métier |  |
| Habitudes de travail exigées par l’exercice du métier |  |

**Exigences de formation**

|  |  |
| --- | --- |
| Titre et niveau de la formation |  |
| Spécialisation, s’il y a lieu |  |
| Exigences réglementaires, s’il y a lieu |  |

**Conditions de travail**

|  |  |
| --- | --- |
| Horaire de travail |  |
| Salaire |  |
| Risques liés à l’emploi |  |
| Possibilité d’avancement, s’il y a lieu |  |
| Environnement de travail  Exemples :   * Conditions climatiques * Niveau d’autonomie * Individuel ou en équipe |  |

**Fiche no 5**

**Métier ou profession exploré**

**Raisons de ce choix**

**Rôles et tâches de travail**

**Caractéristiques du métier ou de la profession**

|  |  |
| --- | --- |
| Capacités physiques nécessaires à l’exercice du métier |  |
| Habiletés favorables à un exercice optimal du métier |  |
| Qualités souhaitées à l’exercice du métier |  |
| Aptitudes générales nécessaires à l’exercice du métier   * Physiques * Psychologiques * Relationnelles |  |
| Champs d’intérêt de ceux qui exercent ce métier |  |
| Habitudes de travail exigées par l’exercice du métier |  |

**Exigences de formation**

|  |  |
| --- | --- |
| Titre et niveau de la formation |  |
| Spécialisation, s’il y a lieu |  |
| Exigences réglementaires, s’il y a lieu |  |

**Conditions de travail**

|  |  |
| --- | --- |
| Horaire de travail |  |
| Salaire |  |
| Risques liés à l’emploi |  |
| Possibilité d’avancement, s’il y a lieu |  |
| Environnement de travail  Exemples :   * Conditions climatiques * Niveau d’autonomie * Individuel ou en équipe |  |

**Fiche no 6**

**Métier ou profession exploré**

**Raisons de ce choix**

**Rôles et tâches de travail**

**Caractéristiques du métier ou de la profession**

|  |  |
| --- | --- |
| Capacités physiques nécessaires à l’exercice du métier |  |
| Habiletés favorables à un exercice optimal du métier |  |
| Qualités souhaitées à l’exercice du métier |  |
| Aptitudes générales nécessaires à l’exercice du métier   * Physiques * Psychologiques * Relationnelles |  |
| Champs d’intérêt de ceux qui exercent ce métier |  |
| Habitudes de travail exigées par l’exercice du métier |  |

**Exigences de formation**

|  |  |
| --- | --- |
| Titre et niveau de la formation |  |
| Spécialisation, s’il y a lieu |  |
| Exigences réglementaires, s’il y a lieu |  |

**Conditions de travail**

|  |  |
| --- | --- |
| Horaire de travail |  |
| Salaire |  |
| Risques liés à l’emploi |  |
| Possibilité d’avancement, s’il y a lieu |  |
| Environnement de travail  Exemples :   * Conditions climatiques * Niveau d’autonomie * Individuel ou en équipe |  |

**Fiche no 7**

**Métier ou profession exploré**

**Raisons de ce choix**

**Rôles et tâches de travail**

**Caractéristiques du métier ou de la profession**

|  |  |
| --- | --- |
| Capacités physiques nécessaires à l’exercice du métier |  |
| Habiletés favorables à un exercice optimal du métier |  |
| Qualités souhaitées à l’exercice du métier |  |
| Aptitudes générales nécessaires à l’exercice du métier   * Physiques * Psychologiques * Relationnelles |  |
| Champs d’intérêt de ceux qui exercent ce métier |  |
| Habitudes de travail exigées par l’exercice du métier |  |

**Exigences de formation**

|  |  |
| --- | --- |
| Titre et niveau de la formation |  |
| Spécialisation, s’il y a lieu |  |
| Exigences réglementaires, s’il y a lieu |  |

**Conditions de travail**

|  |  |
| --- | --- |
| Horaire de travail |  |
| Salaire |  |
| Risques liés à l’emploi |  |
| Possibilité d’avancement, s’il y a lieu |  |
| Environnement de travail  Exemples :   * Conditions climatiques * Niveau d’autonomie * Individuel ou en équipe |  |

**Fiche no 8**

**Métier ou profession exploré**

**Raisons de ce choix**

**Rôles et tâches de travail**

**Caractéristiques du métier ou de la profession**

|  |  |
| --- | --- |
| Capacités physiques nécessaires à l’exercice du métier |  |
| Habiletés favorables à un exercice optimal du métier |  |
| Qualités souhaitées à l’exercice du métier |  |
| Aptitudes générales nécessaires à l’exercice du métier   * Physiques * Psychologiques * Relationnelles |  |
| Champs d’intérêt de ceux qui exercent ce métier |  |
| Habitudes de travail exigées par l’exercice du métier |  |

**Exigences de formation**

|  |  |
| --- | --- |
| Titre et niveau de la formation |  |
| Spécialisation, s’il y a lieu |  |
| Exigences réglementaires, s’il y a lieu |  |

**Conditions de travail**

|  |  |
| --- | --- |
| Horaire de travail |  |
| Salaire |  |
| Risques liés à l’emploi |  |
| Possibilité d’avancement, s’il y a lieu |  |
| Environnement de travail  Exemples :   * Conditions climatiques * Niveau d’autonomie * Individuel ou en équipe |  |

**c) Bilan et questions**

**Bilan de ma rencontre avec le conseiller en orientation**

Questions à poser au conseiller en orientation :

|  |
| --- |
| -  -  -  -  -  - |

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

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



Commentaire de l’enseignant

|  |
| --- |
|  |

Commentaire du conseiller en orientation (s’il y a lieu)

|  |
| --- |
|  |



**Situation d’apprentissage 3**

***Exploration professionnelle***

Préparation

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

1. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Réalisation

**2- Préparation à l’exploration**

**Fiche de pré-exploration 1**

|  |
| --- |
| Métier ou profession exploré : |

|  |
| --- |
| Date et lieu de l’exploration :  Nom de la personne-ressource: |

**Exigences particulières**

|  |  |
| --- | --- |
| Mobilité dans l’emploi (permis de conduire) |  |
| Matériel et outils de travail requis |  |
| Ordre professionnel |  |

**Santé et sécurité au travail**

|  |  |
| --- | --- |
| Prévention |  |
| Règles de sécurité |  |
| Équipement |  |
| Risques au travail |  |

**Perspective d’emploi**

|  |  |
| --- | --- |
| Quel est le taux de sans-emploi relié à ce métier? |  |
| Y a-t-il de la concurrence liée à ce métier? |  |
| Ce métier est lié à l’économie locale, régionale, nationale ou internationale? |  |

Type d’employeur

* Secteur privé
* Secteur public
* Secteur parapublic
* Travailleuses et travailleurs autonomes (entrepreneurs)

Détermine les avantages et les inconvénients du métier ou de la profession exploré que tu prendras en considération pour ton choix professionnel.

|  |  |
| --- | --- |
| Avantages | Inconvénients |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

**Autres informations (au besoin) :**

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |

**Fiche de pré-exploration 2**

|  |
| --- |
| Métier ou profession exploré : |

|  |
| --- |
| Date et lieu de l’exploration :  Nom de la personne-ressource: |

**Exigences particulières**

|  |  |
| --- | --- |
| Mobilité dans l’emploi (permis de conduire) |  |
| Matériel et outils de travail requis |  |
| Ordre professionnel |  |

**Santé et sécurité au travail**

|  |  |
| --- | --- |
| Prévention |  |
| Règles de sécurité |  |
| Équipement |  |
| Risques au travail |  |

**Perspective d’emploi**

|  |  |
| --- | --- |
| Quel est le taux de sans-emploi relié à ce métier? |  |
| Y a-t-il de la concurrence liée à ce métier? |  |
| Ce métier est lié à l’économie locale, régionale, nationale ou internationale? |  |

Type d’employeur

* Secteur privé
* Secteur public
* Secteur parapublic
* Travailleuses et travailleurs autonomes (entrepreneurs)

Détermine les avantages et les inconvénients du métier ou de la profession exploré que tu prendras en considération pour ton choix professionnel.

|  |  |
| --- | --- |
| Avantages | Inconvénients |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

**Autres informations (au besoin) :**

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |

**Fiche de pré-exploration 3**

|  |
| --- |
| Métier ou profession exploré : |

|  |
| --- |
| Date et lieu de l’exploration :  Nom de la personne-ressource: |

**Exigences particulières**

|  |  |
| --- | --- |
| Mobilité dans l’emploi (permis de conduire) |  |
| Matériel et outils de travail requis |  |
| Ordre professionnel |  |

**Santé et sécurité au travail**

|  |  |
| --- | --- |
| Prévention |  |
| Règles de sécurité |  |
| Équipement |  |
| Risques au travail |  |

**Perspective d’emploi**

|  |  |
| --- | --- |
| Quel est le taux de sans-emploi relié à ce métier? |  |
| Y a-t-il de la concurrence liée à ce métier? |  |
| Ce métier est lié à l’économie locale, régionale, nationale ou internationale? |  |

Type d’employeur

* Secteur privé
* Secteur public
* Secteur parapublic
* Travailleuses et travailleurs autonomes (entrepreneurs)

Détermine les avantages et les inconvénients du métier ou de la profession exploré que tu prendras en considération pour ton choix professionnel.

|  |  |
| --- | --- |
| Avantages | Inconvénients |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

**Autres informations (au besoin) :**

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |

1. Les explorations

**Profil professionnel 1**

**Métier ou profession exploré : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

|  |
| --- |
| Ce que j’ai découvert sur moi à la suite de cette exploration… |
| Voici les éléments d’ordre personnel que je devrai développer, si je veux exercer ce métier ou cette profession. |
| Voici les éléments d’ordre professionnel que je devrai développer, si je veux exercer ce métier ou cette profession. |
| Voici ce que les personnes de mon entourage en pensent… |
| Sujets abordés avec un professionnel du domaine exploré |

**Profil professionnel 2**

**Métier ou profession exploré : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

|  |
| --- |
| Ce que j’ai découvert sur moi à la suite de cette exploration… |
| Voici les éléments d’ordre personnel que je devrai développer, si je veux exercer ce métier ou cette profession. |
| Voici les éléments d’ordre professionnel que je devrai développer, si je veux exercer ce métier ou cette profession. |
| Voici ce que les personnes de mon entourage en pensent… |
| Sujets abordés avec un professionnel du domaine exploré |

**Profil professionnel 3**

**Métier ou profession exploré : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

|  |
| --- |
| Ce que j’ai découvert sur moi à la suite de cette exploration… |
| Voici les éléments d’ordre personnel que je devrai développer, si je veux exercer ce métier ou cette profession. |
| Voici les éléments d’ordre professionnel que je devrai développer, si je veux exercer ce métier ou cette profession. |
| Voici ce que les personnes de mon entourage en pensent… |
| Sujets abordés avec un professionnel du domaine exploré |



Commentaire de l’enseignant

|  |
| --- |
|  |

Commentaire du conseiller en orientation (s’il y a lieu)

|  |
| --- |
|  |



**Situation d’apprentissage 4**

***Réalisme du choix professionnel***

**Préparation**

À cette étape-ci, êtes-vous en mesure d’établir une échelle de préférence des trois métiers ou professions explorés?

1. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Réalisme d’un métier ou d’une profession (1)**

|  |
| --- |
| Métier ou profession : |

Énonce les exigences du métier ou de la profession et explique comment tu es en mesure d’y répondre.

|  |  |
| --- | --- |
| Exigences | Justification |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

Avant de se lancer dans des démarches en vue d’exercer un métier ou une profession, il vaut mieux identifier les possibilités qui permettent d’atteindre nos objectifs et les contraintes auxquelles il faut trouver des pistes de solutions.

|  |
| --- |
| Identifie les différentes possibilités (emploi, formation, ressource, etc.) menant à l’exercice du métier ou de la profession. |
| Identifie les contraintes qui risquent de rendre difficile, voire impossible, la concrétisation du plan d’action. |

|  |
| --- |
| Identifie les démarches, les ressources et le temps nécessaire, dans le cas où le métier ou la profession ci-dessus devient ton choix professionnel. |
| Qualifie le niveau de priorité du métier ou de la profession ci-dessus, par rapport aux autres coups de cœur. |

**Réalisme d’un métier ou d’une profession (2)**

|  |
| --- |
| Métier ou profession : |

Énonce les exigences du métier ou de la profession et explique comment tu es en mesure d’y répondre.

|  |  |
| --- | --- |
| Exigences | Justification |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

Avant de se lancer dans des démarches en vue d’exercer un métier ou une profession, il vaut mieux identifier les possibilités qui permettent d’atteindre nos objectifs et les contraintes auxquelles il faut trouver des pistes de solutions.

|  |
| --- |
| Identifie les différentes possibilités (emploi, formation, ressource, etc.) menant à l’exercice du métier ou de la profession. |
| Identifie les contraintes qui risquent de rendre difficile, voire impossible, la concrétisation du plan d’action. |

|  |
| --- |
| Identifie les démarches, les ressources et le temps nécessaire, dans le cas où le métier ou la profession ci-dessus devient ton choix professionnel. |
| Qualifie le niveau de priorité du métier ou de la profession ci-dessus, par rapport aux autres coups de cœur. |

**Réalisme d’un métier ou d’une profession (3)**

|  |
| --- |
| Métier ou profession : |

Énonce les exigences du métier ou de la profession et explique comment tu es en mesure d’y répondre.

|  |  |
| --- | --- |
| Exigences | Justification |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

Avant de se lancer dans des démarches en vue d’exercer un métier ou une profession, il vaut mieux identifier les possibilités qui permettent d’atteindre nos objectifs et les contraintes auxquelles il faut trouver des pistes de solutions.

|  |
| --- |
| Identifie les différentes possibilités (emploi, formation, ressource, etc.) menant à l’exercice du métier ou de la profession. |
| Identifie les contraintes qui risquent de rendre difficile, voire impossible, la concrétisation du plan d’action. |

|  |
| --- |
| Identifie les démarches, les ressources et le temps nécessaire, dans le cas où le métier ou la profession ci-dessus devient ton choix professionnel. |
| Qualifie le niveau de priorité du métier ou de la profession ci-dessus, par rapport aux autres coups de cœur. |

Réinvestissement

**Quel est votre premier choix?**

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



Commentaire de l’enseignant

|  |
| --- |
|  |

Commentaire du conseiller en orientation (s’il y a lieu)

|  |
| --- |
|  |



**Situation d’apprentissage 5**

***Plan d’action***

**Plan d’action**

Métier ou profession choisi

Formation nécessaire à l’exercice du métier

Consigner ici toutes les informations liées à cette formation (adresse de l’établissement, frais d’inscription et autres, date de début, etc.)

**Plan personnel**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Objectifs de développement personnel | Moyens | Ressources | Échéancier | Indicateurs  de suivi | Obstacles possibles | Pistes de solution |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

**Plan professionnel**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Objectifs de développement professionnel | Moyens | Ressources | Échéancier | Indicateurs  de suivi | Obstacles possibles | Pistes de solution |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |



Commentaire de l’enseignant

|  |
| --- |
|  |

Commentaire du conseiller en orientation (s’il y a lieu)

|  |
| --- |
|  |