

Atelier 3

FAIRE LE POINT SUR SON PARCOURS PERSONNEL ET PROFESSIONNEL

Objectifs

L'atelier permettra aux personnes apprenantes :

1. d'établir des liens entre leurs apprentissages, leurs expériences professionnelles et leurs compétences;
2. de raconter leur parcours personnel et professionnel d'une façon claire et logique;
3. de décrire une activité qui les passionne;
4. d'identifier un emploi ou un domaine d'activité qui les fait rêver, puis d'établir un parcours pour y arriver.



ACTIVITÉ 1

FAIRE DES LIENS ENTRE TES EXPÉRIENCES ET TES ACQUIS

TES FORMATIONS

Pour t'aider à réfléchir sur tes formations préférées, retourne dans l'Atelier 2.
Retrouve les deux tableaux que tu as remplis :

- Le tableau de l'Activité 1 (page 2) : la liste de tes formations

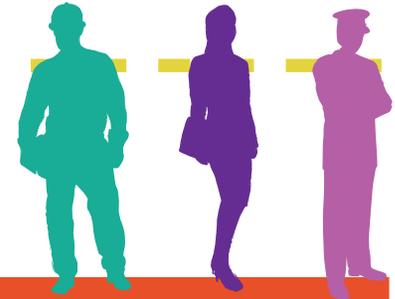
DATE DE LA FORMATION	NOM DE LA FORMATION (SPÉCIALISATION)	ÉTABLISSEMENT DE FORMATION	ATTESTATION, CERTIFICAT OU DIPLOME
avril - sept. 2009	Perfectionnement de la langue française	Éducentre, Vancouver	Certificat

- Le tableau de l'Activité 2 (page 6) : ce que tu as le plus aimé dans ta formation et ce que tu as développé durant ta formation.

FORMATION

Quelles raisons t'ont incité à choisir ton domaine de formation ?

Qu'est-ce que tu as le plus aimé dans ta formation ? Explique.



Écris maintenant ces informations dans un seul tableau. Réfléchis ensuite à ce que tu as acquis de plus intéressant durans tes formations. Pour t'inspirer, lis les deux exemples ci-dessous.

TA FORMATION	CE QUE TU AS AIMÉ	CE QUE TU AS ACQUIS (SAVOIR-FAIRE, COMPÉTENCE, ETC.)	UN EXEMPLE
<i>Préparation au diplôme du GED</i>	<i>La façon dont on travaillait, avec des choses de la vie de tous les jours.</i>	<i>Je sais plus de choses sur l'histoire du Canada. J'ai appris à réfléchir de façon plus critique.</i>	<i>Dans mon cours de français, on travaillait avec des journaux. Je suis maintenant à l'aise pour regrouper de l'information tirée de plusieurs documents et tirer des conclusions.</i>
<i>Perfectionnement de la langue française</i>	<i>J'ai pu pratiquer mon français avec d'autres personnes migrantes et me faire des amis.</i>	<i>J'ai amélioré mon expression écrite en français. J'ai moins peur de faire des fautes à l'oral.</i>	<i>J'ai aidé des touristes français à se faire comprendre dans une boutique Gap. La vendeuse ne comprenait pas ce qu'ils cherchaient.</i>

Tu peux faire l'exercice pour une seule formation ou pour plusieurs.

TES EXPÉRIENCES PROFESSIONNELLES

Pour t'aider à réfléchir sur tes expériences professionnelles, retourne dans l'Atelier 2. Retrouve les deux tableaux que tu as remplis :

- Le tableau de l'Activité 1 (page 3) : la liste de tes expériences professionnelles.

PÉRIODE D'EMPLOI	EMPLOI OCCUPÉ	ENTREPRISE NOM ET ADRESSE	ACTIVITÉ
avril 2001 - juin 2010	Emballeur sur la chaîne de montage	Norampac, Moncton 232, Baig Blvd.	Usine de papier (papier toilette, essuie-tout, etc.)

Atelier 2

- Le tableau de l'Activité 2 (page 7) : ce que tu as le plus aimé dans tes emplois et ce que tu as développé en travaillant.

EXPÉRIENCE PROFESSIONNELLE

Quels emplois as-tu le plus aimé ? Écris les tâches que tu aimais le plus.

Qu'as-tu développé (savoir-être, savoir-faire) durant tes expériences de travail ?

Atelier 2



Écris maintenant ces informations dans un seul tableau. Réfléchis ensuite à ce que tu as acquis de plus intéressant durant tes expériences de travail. Pour t'inspirer, lis les deux exemples ci-dessous.

TON EMPLOI	CE QUE TU AS AIMÉ	CE QUE TU AS ACQUIS (SAVOIR-FAIRE, SAVOIR-ÊTRE, COMPÉTENCE, ETC.)	UN EXEMPLE
<i>Emballeur sur la chaîne de montage de Norampac inc.</i>	<i>Il y avait un bon esprit d'équipe et de l'entraide sur la chaîne de montage. J'étais apprécié de mon superviseur.</i>	<i>J'ai appris à être précis et rapide.</i>	<i>Je devais remplir des boîtes avec les rouleaux de papier qui arrivaient de la chaîne : vérifier leur bon état et fermer la boîte avec du "tape".</i>
<i>Conducteur d'autobus pour la STM</i>	<i>J'aimais commencer à travailler tôt et pouvoir rentrer à la maison en début d'après-midi pour préparer tranquillement le souper.</i>	<i>J'ai appris à gérer les conflits avec la clientèle. J'ai aussi appris à remplir des documents techniques.</i>	<i>Je restais calme quand les usagers étaient malpolis. En cas de problème mécanique, je devais remplir plusieurs documents techniques et les donner à l'atelier de réparation.</i>

Tu peux faire l'exercice pour un seul emploi ou pour plusieurs.

TES AUTRES EXPÉRIENCES

Pour t'aider à réfléchir sur tes autres expériences, retourne dans l'Atelier 2. Retrouve les deux tableaux que tu as remplis :

- Le tableau de l'Activité 1 (page 4) : la liste de tes autres formations ou activités de bénévolat.

PÉRIODE	FORMATION OU ACTIVITÉ	ORGANISME NOM ET ADRESSE	ACTIVITÉ
janvier - juin 2012	Poterie	Ville de Winnipeg	Activités de loisirs de la Ville
2007-2010	Coach de soccer	Club Les oursons de Winnipeg	Entraînement 2 fois par semaine d'une équipe pee-wee (14 garçons de 9-10 ans)

- Le tableau de l'Activité 2 (pages 9 et 12) : tes autres formations et tes activités de bénévolat les plus positives.

ACTIVITÉS DE BÉNÉVOLAT

Quelles activités as-tu le plus aimé ?

Qu'as-tu développé (savoir-être, savoir-faire) durant tes activités de bénévolat ?

Cherche des photos de tes activités ou de toi en train de pratiquer un sport ou des objets que tu as fabriqués. Conserve-les ensuite précieusement pour t'en servir à l'étape du montage de ton portfolio.

Écris maintenant ces informations dans un seul tableau. Réfléchis ensuite à ce que tu as acquis de plus intéressant durant tes autres expériences. Pour t'inspirer, lis les deux exemples ci-dessous.

TON AUTRE FORMATION, TON ACTIVITÉ BÉNÉVOLE OU AUTRE	CE QUE TU AS AIMÉ	CE QUE TU AS ACQUIS (SAVOIR-FAIRE, SAVOIR-ÊTRE, COMPÉTENCE, ETC.)	UN EXEMPLE
<i>Coach de soccer</i>	<i>Former des jeunes, les aider à progresser dans leur jeu.</i>	<i>J'ai appris à être responsable en tant que coach, à motiver des jeunes.</i>	<i>J'étais toujours présent pour les pratiques. J'insistais beaucoup sur les points positifs des joueurs pour les faire progresser et sur l'esprit d'équipe pendant le jeu.</i>
<i>Plusieurs ateliers de poterie au tour</i>	<i>Arriver à produire des objets dont je suis fière.</i>	<i>J'ai appris à être précise avec mes gestes et à apprécier de ne pas tout contrôler.</i>	<i>Je maîtrise la technique du tour pour former des objets réguliers. Avec l'émail japonais, on ne sait jamais quel sera le résultat. Il faut être zen quand on ouvre le four.</i>

Tu peux faire l'exercice pour une seule activité ou pour plusieurs.

ACTIVITÉ 2

DES PHRASES POUR MIEUX RACONTER TES EXPÉRIENCES

C'est le moment de raconter ce qui te semble important dans ton parcours. Tu as regroupé les informations utiles durant l'activité 1. Tu peux maintenant écrire des résumés que tu pourras utiliser dans une lettre de présentation ou pendant une entrevue d'emploi.

Tu dois préciser :

- 1. tes activités de formation, de travail, de bénévolat et autres;**
- 2. ce que tu as aimé dans ces activités;**
- 3. ce que tu as appris durant ces activités.**

TES FORMATIONS

Reprends ton tableau de l'Activité 1, à la page 3.

Un exemple :

Ma formation pour préparer le diplôme du GED

« En 2009, j'ai suivi une formation de préparation au diplôme du GED au Collège Éducacentre de Vancouver. On avait des cours de mathématiques, de français, d'histoire, de sciences de la terre. L'histoire du Canada m'a bien intéressé. Je comprends mieux maintenant pourquoi il y a autant de choses qui dépendent des provinces. Ce n'était pas comme ça dans mon pays d'origine, le Rwanda, il n'y avait qu'un seul gouvernement qui décidait tout. Ce que j'ai aussi aimé, c'est mes cours de français. Notre professeur utilisait plusieurs journaux francophones de différentes provinces. Il y avait souvent des différences quand on lisait des articles sur le même sujet. On s'exerçait à rassembler toutes les informations. Maintenant, je suis à l'aise pour regrouper des informations, voir les différences et réfléchir sur ce que je dois prendre en compte ou pas. Ça m'a aidé à avoir un esprit plus critique, à mieux réfléchir. »

Ta Formation :

Ta Formation :

TES EXPÉRIENCES DE TRAVAIL

Reprends ton tableau de l'Activité 1, à la page 5

Un exemple :

Emploi d'emballleur sur la chaîne de montage de Norampac inc.

« J'ai travaillé pendant 9 ans comme emballleur sur la chaîne de montage de Norampac. Je devais classer les produits dans les boîtes et les refermer. J'ai appris à être rapide et précis. Il fallait toujours s'assurer que tous les rouleaux étaient en bon état. Ce que j'ai aimé dans ce travail, c'est qu'il y avait une bonne ambiance entre les employés et que mon superviseur appréciait mon travail. J'aimais aussi beaucoup m'impliquer dans l'organisation de la fête de Noël pour les employés. »

Ton expérience de travail : _____

TES AUTRES EXPÉRIENCES

Reprends ton tableau de l'Activité 1, à la page 7.

Un exemple :

J'ai été coach de soccer

« Pendant trois ans, j'ai été coach de soccer pour le club Les oursons de Winnipeg. Je devais entraîner une équipe de jeunes garçons de 9 ans et 10 ans. J'ai beaucoup aimé aider ces jeunes à progresser. J'aimais aussi les voir contents lorsqu'un match s'était bien passé et qu'ils avaient bien joué en équipe. J'ai appris à être responsable et à être toujours présent pour les pratiques, pour ne pas les décevoir. Je devais être très énergique, mais aussi patient avec eux. »

Un autre exemple :

Je fais de la poterie au tour

« Depuis plus de six mois, je suis des cours dans un atelier de poterie deux fois par semaine. La poterie au tour, c'est assez difficile. Il faut avoir des gestes doux, mais précis. Il faut d'abord apprendre la technique et ensuite essayer de personnaliser ses créations. Depuis quelques semaines, j'ai commencé à apprendre les techniques de l'émail japonais. Ce que j'aime, c'est qu'il y a des surprises quand on ouvre le four. Les poteries ne sont pas toujours comme on les avait imaginées. »

Ton activité bénévole ou de loisir : _____



Ton activité bénévole ou de loisir : _____

Il est toujours intéressant de parler de tes expériences de bénévolat. Tu as sans doute acquis des compétences grâce à ces expériences. Un employeur potentiel voudra t'écouter pour connaître les expériences qui ont contribué à ton développement personnel.

Si tu peux, demande des lettres de recommandation pour ton bénévolat. Tu pourras les inclure dans ton portfolio.

ACTIVITÉ 3

DÉCRIRE UNE ACTIVITÉ QUI TE PASSIONNE

Tu as une passion dans la vie et tu possèdes des connaissances sur ce sujet ?
Tu peux en parler !

Par exemple, tu peux parler :

- **d'une activité** : jouer d'un instrument de musique, pratiquer un sport, faire du jardinage;
- **d'un sujet particulier** : l'astronomie et l'observation des étoiles, les chevaux;
- **d'un personnage** : un sportif, une figure historique, une actrice de cinéma, un écrivain;
- **d'un type d'objet** : une collection de timbres, les masques africains, les voitures de sport.

PRÉSENTE TON SUJET D'INTÉRÊT

Un exemple :

« J'ai toujours aimé aller au cinéma, mais mon film préféré, c'est Titanic, de James Cameron. Ça fait rire mes amis de gars qui disent que c'est un film de filles, mais ça ne me dérange pas. Ce que j'aime dans ce film, c'est que Jake n'est pas de la même classe sociale que Rose, mais qu'il arrive à lui plaire. Tous les effets spéciaux sont très réussis, on y croit vraiment quand on regarde le naufrage. Ce que j'aime aussi, c'est que James Cameron a recréé l'intérieur du Titanic comme il était. Je suis allé voir l'exposition sur ce qu'on a retrouvé dans l'épave et il y avait des choses que j'ai vues dans le film : les assiettes et les ustensiles, des chaussures, une montre en or. »

Présente ton sujet :

Si tu as un autre sujet d'intérêt :

EXPLIQUE POURQUOI CE SUJET T'INTÉRESSE

Un exemple :

« Moi, j'ai toujours aimé les cartes postales. C'est ma grand-mère qui m'a donné le goût. Elle nous a donné toute sa collection, à ma cousine et à moi, quand on était jeunes. On s'est séparé sa collection, les cartes avec des animaux ou des gens en costume pour elle, les cartes avec des paysages pour moi. Chaque fois que je visite une autre région ou un autre pays, j'achète des cartes postales des endroits que j'ai vus. Je garde aussi celles qu'on m'envoie. Tout le monde dans la famille sait que j'aime en recevoir, mes amis aussi. Je regarde souvent mes albums et ça me fait rêver aux voyages que j'ai faits et à ceux que je vais faire. »

Pourquoi ce sujet t'intéresse :

ACTIVITÉ 4

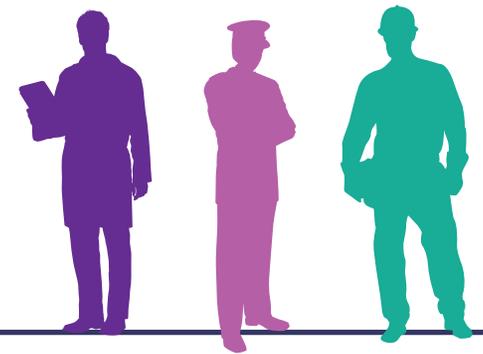
IDENTIFIER UN EMPLOI QUI TE FAIT RÊVER

Tu as réfléchi à tes formations et à tes expériences de travail. Tu sais maintenant dans quelles activités tu as des forces et ce que tu aimes le plus faire.

Y a-t-il un type d'emploi qui t'intéresse particulièrement ? Y a-t-il un domaine qui te fait rêver ?

Réfléchis à tes forces et à tes compétences acquises ces dernières années. Comment pourrais-tu les utiliser dans l'emploi qui t'intéresse ?

Il y a souvent des emplois auxquels on ne pense pas. Demande de l'aide pour faire des recherches sur le secteur d'activité qui t'intéresse.

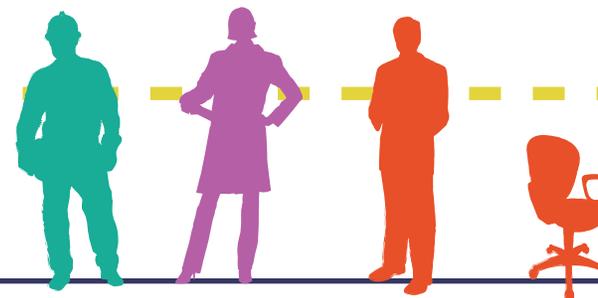


Un exemple :

Tu t'intéresses aux soins des animaux, mais tu n'as jamais travaillé dans ce domaine. Tu sais que pour être vétérinaire, il faut faire de longues études et tu ne veux pas retourner aussi longtemps aux études. Beaucoup d'autres emplois permettent de travailler avec des animaux. Par exemple, le technicien ou la technicienne en santé animale aide le vétérinaire et peut travailler à différents endroits : une ferme, un jardin zoologique, un laboratoire de recherche en santé animale ou une ferme expérimentale gouvernementale.

Parmi tes forces et tes compétences, tu as identifié : la patience, tu aimes observer et tu sais utiliser des formulaires. Ta patience et ton sens de l'observation sont des forces pour travailler avec des animaux. Quand on connaît les animaux que l'on soigne, on voit plus facilement s'ils vont bien ou non. Si tu es à l'aise avec les documents administratifs, tu pourras noter tes observations et les tâches que tu as faites. Ce sont des atouts.

As-tu des animaux de compagnie à la maison ? Est-ce que tu t'en occupes ? Si oui, c'est une autre compétence pour réussir dans ce type d'emploi.



Note le type d'emploi qui t'intéresse :

Note tes forces et tes compétences qui peuvent correspondre à ce type d'emploi :

Penses-tu avoir besoin de formation supplémentaire ? Fais-toi aider pour cette étape. Tu devras peut-être retourner voir un conseiller en carrière ou en emploi. Tu as déjà réfléchi à la question, tu as fait un bon bout du chemin.



De quelle formation penses-tu avoir besoin ?

Quel est l'avis de la personne qui te conseille ? Note-le ici.

Tu as décrit les liens qui existent entre ta formation, tes compétences, tes expériences de travail et tes activités de bénévolat. Cette étape est très importante parce que tu peux maintenant raconter ton parcours de façon claire et logique.

Tu sais ce qui t'intéresse comme emploi. Tu sais s'il faut que tu retournes en formation. Si tu n'as pas besoin de formation, tu peux regarder tout de suite les offres d'emploi qui t'intéressent. Tous les exercices que tu as faits durant les ateliers vont t'aider à répondre à ces offres.

Si tu as besoin de formation, tu peux décider de le faire maintenant ou plus tard. Si tu penses faire un changement de carrière, tu dois prendre le temps de réfléchir. C'est le moment d'aller chercher de l'aide pour savoir comment t'y prendre.

