



Intérêts et points forts

Réfléchis d'abord à ce que tu aimes faire et écris ici tes activités préférées sous forme de mots-clés.

Par exemple: j'aime beaucoup cuisiner pour moi et ma famille.

Note ce que tu n'aimes pas du tout faire.

Par exemple, je n'aime pas être dehors quand il pleut ou quand il fait froid.

Sur une échelle de 0 (pas du tout) à 5 (très volontiers), à quel point aimes-tu faire les activités suivantes. Si tu n'es pas sûr(e), compare avec les activités que tu as écrites:

	0	1	2	3	4	5
Tu aimes être à l'extérieur, en plein air (même par mauvais temps).						
Tu aimes travailler en équipe.						
Tu aimes travailler seul(e).						
Tu aimes travailler selon un plan précis.						
Tu aimes être créatif.						
Tu aimes parler à des inconnus.						
Tu aimes travailler à l'ordinateur.						
Tu aimes travailler avec tes mains.						

Grâce à ton évaluation, tu peux voir sur le moteur de recherche de métiers quels sont les domaines professionnels qui te conviennent. Compare les métiers qui t'intéressent avec tes intérêts. Les activités sont indiquées dans toutes les descriptions de métiers.

Après tes intérêts, nous nous intéressons maintenant à tes points forts. Indépendamment de ce que tu aimes faire, quels sont tes points forts? Qu'est-ce que tu sais très bien faire? En plus de tes points forts, écris également comment et où tu peux les utiliser. Cela peut bien sûr se faire en quelques mots.

Points forts

par exemple: je suis très patient. Cela m'aide dans mes missions de baby-sitting.

Qu'est-ce que tu sais moins bien faire?

Par ex. je ne suis pas très habile avec les ordinateurs.

Demande maintenant à 1 ou 2 camarades de classe et éventuellement à ton professeur et à tes parents ce qu'ils considèrent comme tes points forts. Note-les et demande des explications si quelque chose n'est pas clair pour toi.

N'hésite pas à faire part de ta propre évaluation. Mais ne le fais pas avant d'avoir entendu l'évaluation de ton interlocuteur.

Nom	Force

Vérifie maintenant si tes points forts/faibles correspondent au profil d'exigences de la place d'apprentissage souhaitée. Bien sûr, cela ne doit pas correspondre à 100%, tu peux et dois encore apprendre certaines choses pendant ton apprentissage. La liste des points forts t'aidera en outre à rédiger ta lettre de motivation et ta lettre de candidature.