

Évaluer ses compétences & ses valeurs

Qu'est-ce qu'une compétence?



Combinaison de connaissances, de savoir-faire et de savoir-être nécessaire afin d'accomplir une tâche.



Les compétences peuvent être acquises par l'entremise du travail, du bénévolat, des études ou des activités.

Identifier ses compétences

Pensez à votre travail, vos études ou vos loisirs.

Réfléchissez aux tâches que vous avez accomplies en lien avec chacun.



Quels sont les types de compétences?

Compétences techniques

- Compétences acquises par la formation.
- Spécifiques à certains métiers et industries.
- Connaissances requises pour accomplir des tâches spécifiques ou utiliser certains outils.
- Exemple: codage, soudage, analyse des coûts et des tendances

Compétences générales

- Compétences qui ne peuvent pas être enseignées en classe.
- Compétences interpersonnelles
- Capacité d'une personne à interagir avec les autres et s'adapter à son environnement de travail.
- Généralement acquises par expérience.
- Exemple: patience, optimisme, empathie

Compétences transférables

- Compétences qui peuvent être utilisées dans plusieurs situations et emplois différents (c'est pourquoi elles sont si importantes).
- 5 des compétences transférables les plus en demande sont:
 - Initiative
 - Planification
 - Travail en équipe
 - Communication
 - Résolution de problèmes

Évaluer ses compétences & valeurs (suite)

Réfléchissez à votre description de poste



Référez-vous aux emplois que vous avez occupés dans le passé.



Quelles compétences étaient mentionnées dans les exigences du poste?

Examinez vos évaluations de performance

Comment les gestionnaires ont-ils évalué votre performance dans le passé?



Portez attention aux forces et aux faiblesses qui ont été mentionnées.



Qu'est-ce qu'une valeur?

Les valeurs sont les choses que vous croyez importantes dans votre façon de vivre et travailler.

Comment identifier vos valeurs?



Posez-vous les questions suivantes:

- Si vous deviez restreindre en permanence certaines choses de votre vie, quelles seraient les 3 choses qui vous manqueraient le plus? Quelles sont les valeurs sous-jacentes à ces choses?
- Comment s'est passée votre vie en confinement? Qu'est-ce que vous avez fait durant ce temps? Quelles valeurs s'associent à ces activités?
- Quelles sont les premières choses que vous attendiez avec impatience une fois que les restrictions furent levées?

Complétez un test en ligne

Faire des auto-évaluations en ligne, tels que DISC et Myers-Briggs, peut vous aider à comprendre vos intérêts, votre intelligence émotionnelle, vos traits de personnalité et vos motivations.



SOURCES:

[HTTPS://WWW.MONSTER.COM/CAREER-ADVICE/ARTICLE/ASSESSING-YOUR-SKILLS](https://www.monster.com/career-advice/article/assessing-your-skills)

[HTTPS://CAREERPROCANADA.CA/SELF-ISOLATION-AN-OPPORTUNITY-TO-EXPLORE-AND-RE-ASSESS-VALUES/](https://careerprocanada.ca/self-isolation-an-opportunity-to-explore-and-re-assess-values/)

[HTTPS://WWW.MYWORLDOFWORK.CO.UK/WHAT-ARE-MY-SKILLS-0](https://www.myworldofwork.co.uk/what-are-my-skills-0)

[HTTPS://LIVELEARN.CA/ARTICLE/EMPLOYMENT/LOOKING-TO-EXPAND-YOUR-CAREER-OPTIONS-DISCOVER-YOUR-TRANSFERABLE-SKILLS/](https://livelearn.ca/article/employment/looking-to-expand-your-career-options-discover-your-transferable-skills/)