



## 1. Je choisis mon métier

Cette activité te permettra de résumer ta démarche d'orientation et de choisir un ou trois métier(s) accessible(s) sans formation professionnelle. Donne tous les renseignements demandés.

### 1. Mes traits de personnalité

Selon les résultats de tes tests, note dix traits de personnalité que tu possèdes :

1		6	
2		7	
3		8	
4		9	
5		10	

### 2. Mes qualités et mes défis

Quelles sont les caractéristiques personnelles que tu désires changer?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### 3. Mon tempérament

Selon les résultats de tes tests, coche les éléments de tempérament que tu possèdes :

1	La versatilité	
2	L'adaptation au travail répétitif	
3	L'adaptation aux directives particulières	
4	La direction	
5	Les rapports humains	
6	L'isolement	
7	L'influence	
8	Le travail sous pression	
9	La minutie	

**Transcris les titres de métiers que tu as notés :**

Métier 1 :

---

Métier 2 :

---

Métier 3 :

---

**Consulte la Matrice de la *Classification nationale des professions 2006* et le *Guide sur les carrières* et note les métiers accessibles sans formation professionnelle qui correspondent à tes résultats :**

---

---

---

---

---

---

---

---

## 4. Mes intérêts

Selon les résultats de tes tests, coche les intérêts que tu possèdes :

1	Le travail avec des objets	
2	Les relations d'affaires avec les gens	
3	Le travail concret, répétitif, organisé	
4	L'aide aux personnes	
5	Le travail qui donne du prestige	
6	La communication avec les gens	
7	Le travail technique	
8	Le travail créateur	
9	Le travail avec des machines	
10	Le travail qui aboutit à un produit concret	

Transcris les titres de métiers que tu as notés :

Métier 1 :

---

Métier 2 :

---

Métier 3 :

---

Consulte la Matrice de la *Classification nationale des professions 2006* et le *Guide sur les carrières* et note les métiers accessibles sans formation professionnelle qui correspondent à tes résultats :

---

---

---

---

---

## 5. Mes capacités physiques

Selon les résultats de tes tests, coche les capacités physiques que tu possèdes :

S	Travail sédentaire	
L	Travail léger	
M	Travail moyen	
H	Travail lourd	
2	Grimper, garder l'équilibre	
3	Souplesse	
4	Dextérité manuelle	
5	Parler, s'exprimer	
6	Entendre, écouter	
7	Regarder, observer	

## 6. Mes habiletés

Selon les résultats de tes tests, note dix habiletés que tu possèdes :

1		6	
2		7	
3		8	
4		9	
5		10	



## 8. L'environnement de travail

Selon les résultats de tes tests, coche les environnements de travail qui te conviennent :

I	À l'intérieur	
O	À l'extérieur	
B	À l'intérieur et à l'extérieur	
2	Le froid extrême	
3	La chaleur extrême	
4	L'humidité	
5	Le bruit	
6	Le risque	
7	La qualité de l'air	

## 9. Mes motivations

Note tes motivations au travail :

---

---

---

---

---

---

---

Transcris les titres de métiers que tu as notés :

Métier 1 :

---

Métier 2 :

---

Métier 3 :

---

Consulte la Matrice de la *Classification nationale des professions 2006* et le *Guide sur les carrières* et inscris les métiers accessibles sans formation professionnelle qui correspondent à tes résultats :

---

---

---

### Je choisis mon métier

Dresse la liste des métiers que tu as notés :

1		6	
2		7	
3		8	
4		9	
5		10	

Relève quatre titres de métiers accessibles sans formation professionnelle qui t'intéressent :

1		3	
2		4	

**N.B.** Assure-toi que la description et les exigences de ces métiers correspondent à l'ensemble des résultats de tes tests.

À partir de tous les métiers explorés, choisis un ou deux métiers que tu veux pratiquer et explique pourquoi.

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