

## Exercice de réflexion : mes valeurs

### A. ÉVALUATION DE MES VALEURS

Voici une liste de valeurs. Elle n'est pas exhaustive, mais elle peut vous aider à identifier vos propres valeurs en lien avec le travail. Selon l'échelle ci-dessous, évaluez l'importance que vous accordez à chaque valeur. Choisissez la cote qui correspond le mieux à vos impressions.

4 Très important –  3 Assez important –  2 Peu important –  1 Pas important

- |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 4 | 3 | 2 | 1 | <b>Affiliation</b><br>Être reconnu en tant que membre d'une organisation ou d'une association professionnelle.  |
| 4 | 3 | 2 | 1 | <b>Aider à l'amélioration de la société</b><br>Avoir des tâches qui permettent de contribuer à l'amélioration de la société.  |
| 4 | 3 | 2 | 1 | <b>Aider les autres</b><br>Apporter de l'aide aux gens directement, individuellement ou en groupe.  |
| 4 | 3 | 2 | 1 | <b>Amitié</b><br>Avoir la possibilité de développer des relations interpersonnelles étroites au travail.  |
| 4 | 3 | 2 | 1 | <b>Aptitude intellectuelle</b><br>Être perçu comme quelqu'un ayant de bonnes capacités intellectuelles ou possédant des connaissances approfondies dans un certain domaine. |
| 4 | 3 | 2 | 1 | <b>Aventure</b><br>Avoir un emploi qui exige de prendre des risques régulièrement.  |
| 4 | 3 | 2 | 1 | <b>Changement et variété</b><br>Avoir un emploi dans lequel la nature du travail ou l'environnement de travail change régulièrement.  |
| 4 | 3 | 2 | 1 | <b>Communauté</b><br>Vivre dans une ville ou un village où je peux m'engager dans des programmes et des dossiers locaux.  |
| 4 | 3 | 2 | 1 | <b>Compétition</b><br>S'engager dans des activités qui mettent mes habilités à l'épreuve en me permettant de me comparer avec d'autres individus.                           |
| 4 | 3 | 2 | 1 | <b>Connaissance</b><br>M'engager dans la recherche de connaissances, de vérités et de la compréhension des choses.  |
| 4 | 3 | 2 | 1 | <b>Créativité</b><br>Apporter de nouvelles idées, créer des programmes ou des structures organisationnelles sans avoir recours aux modèles déjà établis.                    |

## Exercice de réflexion : mes valeurs

4	3	2	1	<b>Créativité artistique</b> M'engager dans des activités artistiques et innovatrices avec liberté; utiliser mon imagination et ma créativité.
4	3	2	1	<b>Effort physique</b> Trouver de la satisfaction dans un travail qui exige de l'effort physique.
4	3	2	1	<b>Indépendance</b> Pouvoir décider de la nature de mon travail sans avoir à demander l'avis des autres; ne pas avoir à suivre les directives des autres.
4	3	2	1	<b>Influencer les autres</b> Avoir la possibilité de changer l'attitude, l'opinion ou le comportement des autres.
4	3	2	1	<b>Interagir avec le public</b> Avoir des interactions fréquentes avec le public.
4	3	2	1	<b>Lieu</b> Trouver un endroit où vivre qui convient à mon style de vie et qui me permet de faire les choses que j'aime le plus.
4	3	2	1	<b>Pouvoir et autorité</b> Avoir la possibilité de commander et de diriger les autres.
4	3	2	1	<b>Prendre des décisions</b> Avoir un pouvoir de prise de décision ou d'établissement de politiques.
4	3	2	1	<b>Profit ou gain</b> Avoir de fortes chances d'accumuler des montants d'argent importants ou d'autres biens matériels.
4	3	2	1	<b>Reconnaissance</b> Vouloir que la qualité de mon travail soit reconnu publiquement afin que les gens soient au courant de mes réalisations.
4	3	2	1	<b>Sécurité</b> Avoir la certitude d'occuper un poste pour une longue période de temps et d'obtenir un salaire convenable et régulier.
4	3	2	1	<b>Stabilité</b> Exécuter des tâches bien définies et avoir des responsabilités prévisibles.
4	3	2	1	<b>Stimulation</b> Travailler dans un environnement dynamique qui procure un bon niveau d'excitation.
4	3	2	1	<b>Supervision</b> Être responsable du travail accompli par les autres.

## Exercice de réflexion : mes valeurs

4	3	2	1	<b>Temps libre</b> Avoir un emploi qui me permet de m'acquitter de mes tâches selon mon propre horaire; un emploi où il n'y a pas d'heures fixes de travail.
4	3	2	1	<b>Travail minutieux</b> Travailler dans un milieu où il y a peu de tolérance pour les erreurs.
4	3	2	1	<b>Travailler en groupe</b> Avoir des relations de travail étroites avec un groupe de personnes; travailler en groupe afin de réaliser un but commun.
4	3	2	1	<b>Travailler seul</b> Faire des projets individuellement, sans contact soutenu avec les autres.
4	3	2	1	<b>Travailler sous pression</b> Travailler dans un environnement où il y a des échéanciers stricts et où la qualité de mon travail fait l'objet de critiques de la part de mes superviseurs, clients et autres.
4	3	2	1	<b>Valeurs profondes</b> Avoir confiance que mon travail contribue significativement à certaines valeurs qui me sont importantes.
4	3	2	1	<b>Vitesse</b> Travailler dans un milieu où le travail doit être accompli rapidement.

### B. SOMMAIRE DE MES VALEURS

1. Quelles sont les cinq valeurs que vous considérez comme les plus importantes?



2. Quelles sont les cinq valeurs que vous considérez comme les moins importantes?