

## A. ÉVALUATION DE MES COMPÉTENCES ET APTITUDES

Les compétences liées à l'employabilité sont les compétences nécessaires pour entrer, rester et réussir sur le marché du travail.

Voici une liste de compétences. Elle n'est pas exhaustive, mais elle peut vous aider à identifier vos propres compétences. Selon l'échelle ci-dessous, évaluez votre niveau de compétence dans chaque tâche. Choisissez la cote qui correspond le mieux à vos impressions.

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

### HABILETÉS EN COMMUNICATION

|   |   |   |   |  |
|---|---|---|---|--|
| 4 | 3 | 2 | 1 | Correspondance à l'écrit                                   |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Édition  |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Explication d'idées et d'actions                           |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Levée de fonds   |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Persuasion, influence sur les gens                         |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Programmation de produits et d'événements                  |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Correction de textes                                       |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Promotion d'idées, de produits, de règles ou de politiques |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Création littéraire ou écriture technique, professionnelle |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Expression devant un public                                |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Habilité théâtrale   |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Clarté orale   |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Traduction écrite et parlée                                |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Utilisation de langues étrangères                          |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Habilité d'écoute  |

### HABILETÉS CRÉATIVES

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 4 | 3 | 2 | 1 | Conceptualisation d'idées                                 |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Création artistique (p. ex., idées, inventions)           |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Design (p. ex., décoration, conception)                   |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Présentation d'idées et de produits                       |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Imagination artistique et conceptuelle                    |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Traçage de croquis  |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Création artistique (p. ex., musique, peinture, écriture) |

### HABILETÉS INTERPERSONNELLES

|   |   |   |   |  |
|---|---|---|---|--|
| 4 | 3 | 2 | 1 | Rencontres avec le public                                      |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Entraîneur et tuteur   |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Facilité à converser   |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Counselling  |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Organisation d'événements sociaux divertissants, de réceptions |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Gestion des plaintes   |

|   |   |   |   |  |
|---|---|---|---|--|
| 4 | 3 | 2 | 1 | Capacité à motiver les gens                  |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Enseignement                                 |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Aide personnelle à des personnes             |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Administration d'entrevues                   |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Aptitude aux négociations                    |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Facilité à établir un rapport avec les gens  |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Résolution de problèmes                      |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Capacité à suivre des instructions           |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Médiation, arbitrage                         |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Travail d'équipe                             |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Participation à des tâches et projets variés |

### HABILETÉS EN RECHERCHE

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 4 | 3 | 2 | 1 | Analyse de situations et de données             |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Organisation méthodique de données              |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Vérification d'objets physiques                 |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Administration de tests                         |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Étude d'objets scientifiques et de phénomènes   |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Observation d'événements physiques              |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Observation de comportements humains et animaux |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Enregistrement de données et d'idées            |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Recherche                                       |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Prévision des besoins, tendances et marchés     |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Travail de laboratoire                          |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Travail de dépistage                            |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Synthèse d'information                          |

### HABILETÉS EN GESTION

|   |   |   |   |  |
|---|---|---|---|--|
| 4 | 3 | 2 | 1 | Administration en ressources humaines                            |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Préparation de budgets   |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Classification d'information                                     |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Coordination de ressources humaines, événements et tâches        |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Prise de décision et stratégies                                  |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Délégation de tâches et responsabilités                          |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Évaluation de performances, de données et de résultats           |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Animation d'activités de groupe                                  |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Gestion du personnel et d'activités                              |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Organisation du personnel et d'événements                        |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Planification, établissement d'objectifs, préparation de budgets |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Tenue de dossiers  |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Supervision  |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Formation  |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Participation à des comités                                      |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Qualités de chef   |

|   |   |   |   |  |
|---|---|---|---|--|
| 4 | 3 | 2 | 1 | Attention aux détails  |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Transactions financières                                       |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Organisation du temps  |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Travail sous pression  |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Formulation de règles et de procédures                         |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Résolution de problèmes  |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Bonne mémoire en matière de faits, de chiffres et de personnes |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Identification des problèmes                                   |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Habilité à identifier ses priorités                            |

### HABILETÉS MANUELLES / PHYSIQUES

|   |   |   |   |                         |
|---|---|---|---|-------------------------|
| 4 | 3 | 2 | 1 | Assemblage d'équipement |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Construction d'objets   |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Opération d'équipement  |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Réparation              |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Construction            |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Dextérité manuelle      |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Endurance               |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Travail à l'extérieur   |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Coordination main-œil   |

### HABILETÉS TECHNIQUES / EN CALCUL

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 4 | 3 | 2 | 1 | Prévoyance  |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Estimation de coûts et d'espaces physiques                        |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Interprétation de données, de langue scientifique ou technique    |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Programmation d'équipement et d'information                       |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Diagnostic de pannes d'équipement                                 |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Utilisation d'instruments scientifiques, médicaux et d'ingénierie |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Traitement électronique des données                               |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Opérations de machines  |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Compréhension des manuels techniques                              |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Données quantitatives   |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Raisonnement quantitatif, interprétation et analyse de données    |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Développement de modèles mathématiques                            |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Résolution de problèmes quantitatifs                              |

### HABILETÉS EN GESTION PERSONNELLE

|   |   |   |   |                                   |
|---|---|---|---|-----------------------------------|
| 4 | 3 | 2 | 1 | Attitude et comportement positifs |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Gestion de responsabilités        |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Capacité d'adaptation             |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Apprentissage continu             |
| 4 | 3 | 2 | 1 | Travail sécuritaire               |

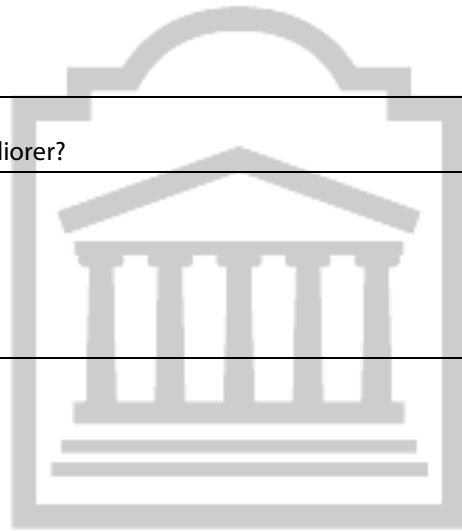
---

## B. SOMMAIRE DE MES COMPÉTENCES ET APTITUDES

1. Quelles sont vos cinq compétences les plus fortes?

2. Quelles sont vos cinq compétences qui pourraient être développées?

3. Quelles compétences aimeriez-vous améliorer?



uOttawa