



**MAISON DE
L'ORIENTATION**

Deng Schoul. Däi Beruff. Deng Zukunft.

FOIRES ET ÉVÉNEMENTS D'ORIENTATION

Guide de préparation

**POUR
ACTEURS SCOLAIRES**

**QUALITÉS, VALEURS,
INTÉRÊTS ET EXPÉRIENCES**

Image de soi – Image de toi

Pourquoi ?

Dans la partie élève de ce guide, l'élève est invité à remplir une fiche sur ses qualités, ses intérêts et ses valeurs. Dans l'orientation scolaire et professionnelle, ces exercices d'autoréflexion sont souvent complétés par des exercices portant sur le regard d'autrui : ces exercices aident l'élève à trouver des qualités ou caractéristiques dont il n'est pas encore conscient.



Il n'y a pas de bonnes ou mauvaises réponses, ni de bons ou de mauvais profils d'élèves !
La société et le monde du travail ont besoin de personnalités diverses et uniques.

Comment ?

Deux options :

- Laisser chaque élève remplir la ou les fiche(s) mentionnée(s) sous « Activités »
- Faire des groupes de deux. Chaque élève remplit la ou les fiche(s) en indiquant ce qu'il pense être les qualités, valeurs, etc. de son camarade de classe.
 - Ensuite, ils comparent les fiches et ils notent les parallèles et différences révélées.
 - Inciter à discuter sur les situations ou observations qui les ont motivées pour cocher l'une ou l'autre qualité ou préférence.

Activités

- Mes qualités
- Mes activités scolaires et extra-scolaires
- J'aime
- Je n'aime pas

Dans le guide des parents, les parents ont également l'occasion de faire cet exercice avec leur enfant.

Activité supplémentaire

Éducation des choix

Guide de l'animateur

Séance 22 « La galerie des professions ou ... Mes centres d'intérêts » p. 149

Mes qualités, valeurs, intérêts et expériences

Mes qualités

(Coche ce qui te correspond)

- | | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> A l'écoute | <input type="checkbox"/> Calme | <input type="checkbox"/> Capacité à travailler sur des horaires variables |
| <input type="checkbox"/> Accueillant | <input type="checkbox"/> Capacité à collaborer | <input type="checkbox"/> Capacité d'écoute |
| <input type="checkbox"/> Affinité technique | <input type="checkbox"/> Capacité à définir des objectifs | <input type="checkbox"/> Capacité de synthèse |
| <input type="checkbox"/> Affinité technologique (Maîtrise de nouvelles technologies) | <input type="checkbox"/> Capacité à gérer les priorités | <input type="checkbox"/> Chaleureux |
| <input type="checkbox"/> Aisance à communiquer | <input type="checkbox"/> Capacité à gérer plusieurs dossiers à la fois | <input type="checkbox"/> Charismatique |
| <input type="checkbox"/> Aisance du contact | <input type="checkbox"/> Capacité à gérer un budget | <input type="checkbox"/> Compréhensif |
| <input type="checkbox"/> Altruiste | <input type="checkbox"/> Capacité à gérer un l'espace | <input type="checkbox"/> Conciliant |
| <input type="checkbox"/> Appliqué | <input type="checkbox"/> Capacité à imaginer | <input type="checkbox"/> Conscientieux |
| <input type="checkbox"/> Aptitude manuelle | <input type="checkbox"/> Capacité à planifier un agenda | <input type="checkbox"/> Convaincant |
| <input type="checkbox"/> Assurance | <input type="checkbox"/> Capacité à prendre des décisions | <input type="checkbox"/> Créatif |
| <input type="checkbox"/> Attentif | <input type="checkbox"/> Capacité à répondre aux besoins de la clientèle | <input type="checkbox"/> Curieux |
| <input type="checkbox"/> Attentionné | <input type="checkbox"/> Capacité à respecter les consignes | <input type="checkbox"/> Débrouillard |
| <input type="checkbox"/> Autonome | <input type="checkbox"/> Capacité à travailler en équipe | <input type="checkbox"/> Déterminé |
| <input type="checkbox"/> Autoritaire | <input type="checkbox"/> Capacité à travailler sur de longs horaires | <input type="checkbox"/> Dévoué |
| <input type="checkbox"/> Bienveillant | | <input type="checkbox"/> Diplomatie |
| <input type="checkbox"/> Bon jugement | | <input type="checkbox"/> Discipliné |
| <input type="checkbox"/> Bon sens pratique | | <input type="checkbox"/> Discret |
| <input type="checkbox"/> Bonne acuité visuelle | | <input type="checkbox"/> Dynamique |
| <input type="checkbox"/> Bonne constitution physique | | <input type="checkbox"/> Efficace |
| <input type="checkbox"/> Bonne culture générale | | <input type="checkbox"/> Empathique |
| <input type="checkbox"/> Bonne gestion du stress | | <input type="checkbox"/> Endurant |
| <input type="checkbox"/> Bonne présentation | | <input type="checkbox"/> Energique |
| | | <input type="checkbox"/> Engagé |
| | | <input type="checkbox"/> Entreprenant |

↖ ↗ **MAISON**
 ↙ ↘ **DE L'ORIENTATION**

- | | | |
|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Esprit commercial | <input type="checkbox"/> Ingénieux | <input type="checkbox"/> Réactivité |
| <input type="checkbox"/> Esprit critique et analytique | <input type="checkbox"/> Inventif | <input type="checkbox"/> Résistance au stress |
| <input type="checkbox"/> Esprit d'analyse | <input type="checkbox"/> Juste | <input type="checkbox"/> Résolution de problèmes |
| <input type="checkbox"/> Facilité à s'exprimer en public | <input type="checkbox"/> Leadership | <input type="checkbox"/> Responsable |
| <input type="checkbox"/> Facilité à synthétiser l'information | <input type="checkbox"/> Logique | <input type="checkbox"/> Rigoureux |
| <input type="checkbox"/> Facilité d'adaptation | <input type="checkbox"/> Méthodique | <input type="checkbox"/> Savoir prendre du recul |
| <input type="checkbox"/> Faire preuve d'intuition | <input type="checkbox"/> Minutieux | <input type="checkbox"/> Sens de l'initiative |
| <input type="checkbox"/> Fermeté | <input type="checkbox"/> Motivé | <input type="checkbox"/> Sens de l'observation |
| <input type="checkbox"/> Fiable | <input type="checkbox"/> Observateur | <input type="checkbox"/> Sensibilité |
| <input type="checkbox"/> Fidèle | <input type="checkbox"/> Ordonné | <input type="checkbox"/> Sociable |
| <input type="checkbox"/> Flexibilité | <input type="checkbox"/> Organisé | <input type="checkbox"/> Soigneux |
| <input type="checkbox"/> Franc | <input type="checkbox"/> Ouverture d'esprit | <input type="checkbox"/> Souci de travail bien fait |
| <input type="checkbox"/> Généreux | <input type="checkbox"/> Patient | <input type="checkbox"/> Souci du détail |
| <input type="checkbox"/> Goût et odorat développé | <input type="checkbox"/> Pédagogique | <input type="checkbox"/> Ténacité |
| <input type="checkbox"/> Honnête | <input type="checkbox"/> Persévérant | <input type="checkbox"/> Tolérant |
| <input type="checkbox"/> Humble | <input type="checkbox"/> Poli | <input type="checkbox"/> Travail d'équipe |
| <input type="checkbox"/> Imaginatif | <input type="checkbox"/> Polyvalent | <input type="checkbox"/> Vaillant |
| <input type="checkbox"/> Indépendant | <input type="checkbox"/> Pratique | <input type="checkbox"/> Vigilant |
| | <input type="checkbox"/> Précis | |
| | <input type="checkbox"/> Proactif | |
| | <input type="checkbox"/> Rapide | |

Exercice : Dans quel métier ces qualités sont essentielles ?

Exercice : Quel métier correspond à ce que tu aimes ?

Astuce : Besoin d'un coup de pouce, consulte la page beruffer.anelo.lu

Mes activités scolaires et extra-scolaires

Activités sportives



Activités artistiques

Activités manuelles



↖ ↗ MAISON

↙ ↘ DE L'ORIENTATION

Bénévolat ou engagement au sein de ma famille, du lycée ou dans un groupe



Autres

Exercice : Analyse les qualités développées lors des activités scolaires et extra-scolaires : Coche ce que tu aimes le plus lors de ces activités dans l'exercice précédent !

Exercice : Essaie une nouvelle activité pendant un trimestre respectivement un semestre et analyse si tu développes d'autres centres d'intérêts !



Tes centres d'intérêts démontrent ton intérêt pour certains domaines et te permettent de développer des compétences requises sur le marché du travail.

Il peut être utile de relever les activités que tu as exercées au fil des années.

↖ ↗ **MAISON**

↙ ↘ **DE L'ORIENTATION**

Exercice : Coche ce qui te correspond, si tu coches la case Oui commente ta réponse !

	Non <input type="checkbox"/>	Oui <input type="checkbox"/>	Si oui, faits marquants
J'ai déjà effectué un stage			
J'ai déjà travaillé pendant les vacances scolaires			
J'ai rencontré des professionnels ou visité des entreprises qui m'ont inspiré(es)			



Se projeter n'est pas simple ! Ce que tu penses devenir aujourd'hui n'est pas gravé dans le marbre. Exprimer ses rêves, c'est exploiter ces possibilités en suivant ses propres intérêts à un moment donné !

Mon métier de rêve :

Pour le devenir, je dois :

faire les études suivantes	
obtenir le diplôme suivant	

↶ ↷ **MAISON**
↵ ↘ **DE L'ORIENTATION**

J'aime

(Coche ce qui te correspond)

- | | | |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Bouger | <input type="checkbox"/> La programmation | <input type="checkbox"/> Les nouvelles technologies |
| <input type="checkbox"/> Dessiner | <input type="checkbox"/> Le bâtiment | <input type="checkbox"/> Les sensations |
| <input type="checkbox"/> Être utile aux autres | <input type="checkbox"/> Le bénévolat | <input type="checkbox"/> Les travaux manuels |
| <input type="checkbox"/> Faire des expériences | <input type="checkbox"/> Le cinéma | <input type="checkbox"/> Les voyages |
| <input type="checkbox"/> Faire respecter la loi | <input type="checkbox"/> Le commerce | <input type="checkbox"/> M'occuper d'animaux |
| <input type="checkbox"/> L'audiovisuel | <input type="checkbox"/> Le contact | <input type="checkbox"/> M'occuper d'enfants |
| <input type="checkbox"/> L'écriture | <input type="checkbox"/> Le multimédia | <input type="checkbox"/> Protéger la planète |
| <input type="checkbox"/> La conduite | <input type="checkbox"/> Le spectacle | <input type="checkbox"/> Réparer, bricoler |
| <input type="checkbox"/> La cuisine | <input type="checkbox"/> Le sport | <input type="checkbox"/> Sauver des personnes |
| <input type="checkbox"/> La danse | <input type="checkbox"/> Le théâtre | <input type="checkbox"/> Soigner |
| <input type="checkbox"/> La lecture | <input type="checkbox"/> Les arts plastiques | |
| <input type="checkbox"/> La musique | <input type="checkbox"/> Les chiffres | |
| <input type="checkbox"/> La nature | <input type="checkbox"/> Les langues étrangères | |

Autre(s) :

Les valeurs professionnelles

Pourquoi ?

Les valeurs revêtent une importance particulière dans l'orientation scolaire et professionnelle. Elles peuvent être source de motivation et de satisfaction si on met ses talents au service d'un projet ou d'un objectif bien choisi. Mais si des valeurs principales sont régulièrement violées, il est difficile d'être heureux – et productif – dans son quotidien. Il est donc important d'évaluer la cohérence entre les activités et environnements professionnels éventuels et les valeurs de l'élève.

Comment faire le point sur les valeurs de l'élève ?

Les valeurs se reflètent dans le comportement de l'élève. Elles se montrent dans les situations où il est particulièrement motivé, joyeux ou fier. Elles se révèlent également dans les situations et par rapport aux faits qui le révoltent.



La hiérarchie de valeurs diffère d'une personne à une autre et il peut y avoir des différences entre les valeurs de l'enseignant et les valeurs de l'élève.

Activité

Mes valeurs professionnelles

Dans le guide des parents, les parents ont également l'occasion de faire cet exercice avec leur enfant.

Activité supplémentaire

Éducation des choix

Guide de l'animateur

Séance 23 – « À chacun sa manière ou ... Les valeurs cachées » p. 153

Mes valeurs professionnelles¹

(Coche ce qui te correspond)

- Achever des objectifs et avancer ensemble (coopération, travail en équipe)
- Agir et décider sur base d'arguments logiques (rationalité)
- Agir sans jugement, être ouvert à de nouvelles idées (ouverture)
- Agir sans prétention et sans illusion (authenticité)
- Agir selon les principes moraux, religieux ou spirituels (éthique, spiritualité)
- Aider les autres (altruisme)
- Avoir des activités variées (diversité, variété)
- Avoir des relations positives, sans conflits ou tensions (ambiance au travail)
- Avoir suffisamment de temps pour les loisirs (loisirs/style de vie)
- Avoir un lieu de travail et/ou des horaires convenables (confort)
- Avoir un métier que l'on admire, jouir d'avantages (prestige)
- Avoir un travail à faible risque de chômage (sécurité)
- Avoir un travail sans danger physique (sécurité)
- Bouger physiquement, activer son corps (activité physique)
- Contribuer au maintien de l'ordre et au respect des règles (ordre)
- Diriger de nombreuses personnes, avoir de l'influence (management, leadership)
- Être indépendant (autonomie)
- Faire attention à sa santé, se sentir en balance voire en sérénité (bien-être)
- Faire attention aux détails et travailler soigneusement (attention au détail)
- Faire avancer ma carrière, avoir des perspectives (avancement)
- Faire quelque chose de beau (esthétique)
- Favoriser les échanges avec des autres (communication)
- Gagner beaucoup d'argent (avantage économique)
- Imaginer, inventer, innover et mettre au point (créativité)
- Networking (relations)

¹ Source d'inspiration : https://www.csmv.qc.ca/wp-content/uploads/2011/04/Mes_valeurs.pdf
<https://www.cairn.info/revue-management-et-avenir-2016-4-page-55.htm>

↖	↗	MAISON
↙	↘	DE L'ORIENTATION

- Porter des beaux vêtements, avoir une apparence soignée (apparence)
- Poursuivre des objectifs ambitieux, réussir (ambition, réussite, excellence)
- Poursuivre une formation, apprendre, se perfectionner (stimulation intellectuelle)
- Prendre des initiatives et des décisions (responsabilité)
- Réagir à des situations imprévues, des surprises (improvisation)
- Résoudre des problèmes (stimulation intellectuelle)
- Résoudre des problèmes et voir des résultats concrets (pratique)
- Rivaliser, faire mieux que les autres (concurrence, émulation)
- Se montrer capable, efficient, adroit ou bien informé (compétence)
- Travailler dur et avec acharnement (effort)
- Veiller sur les mêmes droits et possibilités pour tous (justice)
- Voyager, se déplacer (voyage/style de vie)
-
-

Exercice : Coche les valeurs qui te correspondent le plus.

Exercice : Parmi les valeurs cochées, marque avec une couleur celles qui te parlent le plus.

Exercice : Réfléchis s'il y a parmi les valeurs marquées une ou trois valeurs qui guident tes décisions les plus difficiles, qui englobent les autres valeurs marquées, qui te définissent le mieux.

↶ ↷ **MAISON**
↙ ↘ **DE L'ORIENTATION**

Mes domaines professionnels préférés

(Coche ce qui te correspond)

- | | | |
|----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Action sociale | <input type="checkbox"/> Environnement | <input type="checkbox"/> Professions médicales |
| <input type="checkbox"/> Agriculture | <input type="checkbox"/> Finance | <input type="checkbox"/> Ressources humaines |
| <input type="checkbox"/> Agroalimentaire | <input type="checkbox"/> Fonction publique | <input type="checkbox"/> Restauration |
| <input type="checkbox"/> Alimentation | <input type="checkbox"/> Forces publiques | <input type="checkbox"/> Sanitaire |
| <input type="checkbox"/> Architecture | <input type="checkbox"/> Hôtellerie | <input type="checkbox"/> Santé |
| <input type="checkbox"/> Arts | <input type="checkbox"/> Hygiène | <input type="checkbox"/> Sciences |
| <input type="checkbox"/> Assurance | <input type="checkbox"/> Immobilier | <input type="checkbox"/> Sciences politiques |
| <input type="checkbox"/> Commerce | <input type="checkbox"/> Industrie et technique | <input type="checkbox"/> Sécurité |
| <input type="checkbox"/> Communication | <input type="checkbox"/> Informatique | <input type="checkbox"/> Social |
| <input type="checkbox"/> Construction | <input type="checkbox"/> Ingénierie | <input type="checkbox"/> Sylviculture |
| <input type="checkbox"/> Défense | <input type="checkbox"/> Logistique | <input type="checkbox"/> Tourisme |
| <input type="checkbox"/> Documentaliste | <input type="checkbox"/> Marketing | <input type="checkbox"/> Transport |
| <input type="checkbox"/> Droit | <input type="checkbox"/> Mécanique | <input type="checkbox"/> Urbanisme |
| <input type="checkbox"/> Économie et gestion | <input type="checkbox"/> Mode | <input type="checkbox"/> Vente |
| <input type="checkbox"/> Education | <input type="checkbox"/> Profession de santé dans le milieu scolaire | |
| <input type="checkbox"/> Enseignement | | |

Autre(s) :

Développer la confiance en soi et les points forts de l'élève

Pourquoi ?

Les idées et observations des camarades de classe peuvent confirmer et encourager l'élève dans ses projets. Néanmoins, l'avis des autres ne doit pas occulter les envies profondes de chaque élève (conformité aux regards des autres, surtout à l'adolescence).

Comment ?

Jouer au jeu suivant avec les élèves.



Avec cette activité, vous générez et partagez des idées et ne prenez pas de décision finale concernant les projets d'avenir.

Activités

Jeu du dos

But : Recevoir et donner un feedback des qualités et points forts des camarades de classe permet de développer la confiance en soi.

- Chaque élève reçoit une feuille de travail « jeu du dos » collée sur le dos. Sur cette feuille, les camarades notent les points forts du jeune en question.
- Après 15 à 20 minutes, chaque élève retire sa feuille de son dos et lit ce que les autres ont écrit.
- Echanges entre élèves afin d'expliquer à l'aide d'exemples certains points forts écrits dans le dos du camarade de classe.

Set de cartes des points forts

1. Trier le set de cartes des points forts. Il s'agit d'un ensemble de cartes où chacune d'entre elles correspond à une compétence particulière. Elles décrivent un point fort et le classent dans l'un des quatre domaines de compétence (personnel, social, professionnel et méthodologique).
2. Chaque élève travaille seul à sa place et tri les cartes en 3 piles :
 - Forces dont je suis sûr(e)
 - Forces dont je ne suis pas sûr(e) ou que je n'utilise que dans certaines situations
 - Forces que je n'ai pas encore beaucoup développées.
3. Une fois les trois piles en place, on prend la pile du milieu et on la répartit sur les deux autres et on les trie. S'il existe d'autres points forts ne figurant pas sur les cartes, on les rajoute sur les cartes vides.
4. Les jeunes filtrent maintenant les cinq points forts les plus importants de la pile de points forts en se posant les questions suivantes :
 - Quelle est l'importance de ce point fort pour moi et à quelle fréquence puis-je l'utiliser ?
 - Demander à un camarade ou ami si ce point fort me correspond ?
 - Est-ce que je peux le faire mieux que les autres ?
5. Un ordre d'importance des points forts est établi pour chaque élève : en indiquant le nom de chaque élève sur une feuille A4 ou A3, il écrit ses points forts à côté.
6. Chacun présente ses cinq points forts les plus importants et donne un exemple pour chaque point fort (présentation & questions).

On constate en conclusion de l'exercice que les points forts de tous les élèves se complètent...ce n'est pas une compétition, mais une découverte de la diversité (richesse, chacun est unique) et de l'importance de la collaboration tous ensemble.