

L'INDICE DE PERSONNALITÉ<sup>MC</sup>  
DE TRAVAIL

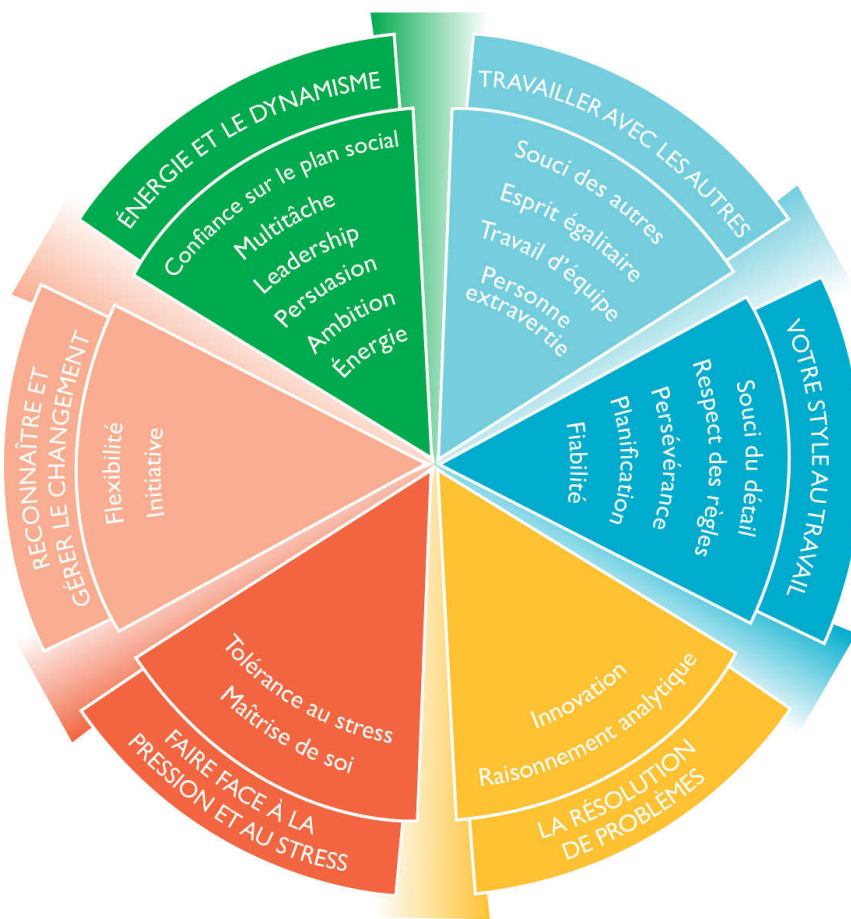
**CARRIÈRE**

Jean  
Exemplaire

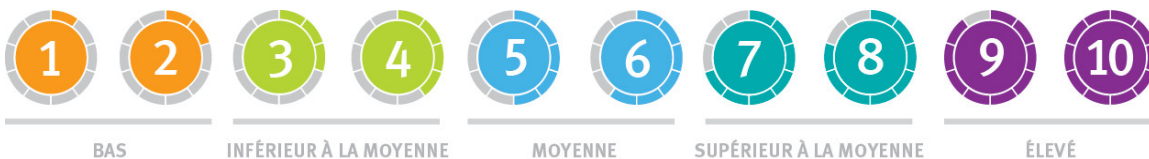
À propos de ce rapport

Ce rapport présente le résumé de vos réponses pour l'Indice de personnalité de travail (IPT), et il décrit les éléments suivants : des caractéristiques clés de votre style personnel qui influencent votre approche aux tâches, les façons d'interagir avec les gens ainsi que les types d'activités qui vous plaisent. Le rapport de carrière de l'Indice de personnalité de travail (IPT) est conçu dans le but de fournir de l'information et des conseils pratiques aux personnes qui envisagent un nouvel emploi ou un changement de carrière. Lorsque vous examinez le développement ou l'évolution de votre carrière, vous devez prendre le temps de réfléchir à vos points forts et à ce que vous aimez faire; ensuite, il vous faut établir des objectifs clairs quant à ce que vous désirez accomplir.

Ce rapport regroupe des descriptions de vos caractéristiques personnelles, de vos forces et de vos intérêts dans les domaines suivants : travailler avec les autres, l'énergie et le dynamisme, votre style au travail, la résolution de problèmes, faire face à la pression et au stress et reconnaître et gérer le changement.



Il contient également des suggestions quant à la façon de gérer votre carrière ainsi que des exercices qui vous guideront à travers le processus de collecte d'information et l'élaboration d'un plan de carrière. La planification de votre carrière et de votre avenir doit tenir compte d'informations personnelles à votre sujet que ce rapport ne contient pas : vos aptitudes, votre éducation, vos compétences, vos antécédents professionnels, vos loisirs et votre situation familiale. Vos résultats sur les échelles de l'IPT sont inscrits comme scores Sten qui varient de 1 à 10. Ces scores comparent vos réponses des articles de l'IPT aux réponses fournies par un vaste échantillon de travailleurs adultes. Le chiffre au centre du cercle indique votre score sur l'échelle. La gamme de scores est inscrite ci-dessous.



Votre Profil

**Travailler avec les autres**



Personne extravertie



Travail d'équipe



Souci des autres



Esprit égalitaire

**Énergie et le dynamisme**



Énergie



Ambition



Leadership



Confiance sur le plan social



Persuasion



Multitâche

**Votre style au travail**



Fiabilité



Persévérance



Respect des règles



Souci du détail



Planification

**La résolution de problèmes**



Innovation



Raisonnement analytique

**Faire face à la pression et au stress**



Maîtrise de soi



Tolérance au stress

**Reconnaître et gérer le changement**



Initiative



Flexibilité

## Travailler avec les autres

Chaque carrière implique une certaine interaction avec les gens. Vos caractéristiques personnelles ont une influence majeure sur votre façon de travailler avec les autres ainsi que votre manière de gérer vos changements de carrière. Certaines personnes sont chaleureuses et ouvertes tandis que d'autres sont plus formelles et indépendantes. Vos préférences quant au type d'interactions que vous recherchez au

travail auront une influence sur les types de carrières qui vous stimulent, sur les loisirs que vous pratiquez et sur vos activités quotidiennes. Cette section du rapport se penche sur les méthodes que vous utilisez pour communiquer et vous entendre avec les gens. Elle donne un aperçu sur la façon dont vous interagissez avec les gens dans certains contextes sociaux ou liés au travail.

## Personne extravertie



Dans vos échanges avec les gens, vous avez de l'énergie et de l'aplomb. Comme d'autres personnes de nature extravertie et ouverte, vous aimez rencontrer des gens et vous êtes à l'aise en groupe. Vous êtes également à l'aise dans la plupart des situations sociales ; vous vous adaptez bien à de nouveaux groupes et vous êtes à l'aise à vous exprimer devant d'autres. La plupart des gens vous perçoivent sans doute comme une personne chaleureuse et bienveillante. Cet aplomb social vous permet d'être efficace dans des postes où vous devez traiter avec des étrangers. Vous aimez également travailler dans des carrières qui nécessitent des contacts interpersonnels considérables. Les postes qui ne vous permettent pas d'interaction avec d'autres vous donneront l'impression d'être délaissé et isolé. L'inconvénient de votre nature extravertie entraîne une tendance à vouloir dominer les conversations et à ne pas consacrer suffisamment de temps à écouter ce que les autres disent. Quand vous rencontrez des gens, assurez-vous de leur donner l'occasion d'exprimer leurs opinions. Utilisez votre savoir-faire social pour vous rattacher aux autres et faire du réseautage en vue d'amasser de l'information concernant des possibilités de carrière. Prenez le temps de réfléchir à cette information et discutez-en avec les gens qui vous connaissent bien.

## Travail d'équipe



Vous préférez travailler en équipe que tout seul. La plupart des gens vous perçoivent comme un bon membre d'équipe, et on le voit à la façon que vous cherchez à collaborer avec d'autres. Vous avez un assez bon esprit collaborateur et vous appréciez donner de l'encouragement aux autres et les aider. Les milieux de travail qui exigent beaucoup de travail d'équipe seront ceux où vous donnerez le meilleur rendement. Vous faites de votre mieux pour encourager les autres et leur donner votre appui ; souvent, vous êtes disposé à faire valoir le succès de l'équipe avant le vôtre. Les postes qui vous intéresseront sont ceux où vous aurez à travailler en étroite collaboration avec vos collègues. Vous êtes moins heureux dans un milieu de travail où l'autonomie et l'indépendance sont primées. Parce que vous êtes sérieusement intéressé à travailler avec d'autres, vous devez faire un effort pour focaliser sur vos besoins et vos objectifs personnels. Profitez pleinement de votre aptitude à travailler en collaboration avec d'autres pour mieux gérer votre réorientation professionnelle.

## Travailler avec les autres

## Souci des autres



Le degré de souci que vous démontrez envers les autres est semblable à bien d'autres. Vous pouvez être affectueux, sensible et très conscient des sentiments d'autres personnes. Cependant, vous pouvez être discret dans vos gestes de bienveillance, et vous éviterez de donner de l'assistance émotive aux personnes que vous jugez n'ont pas de problèmes sérieux. Vous aimerez sans doute les emplois qui vous amènent à prendre en considération les opinions et les sentiments des autres. Toutefois, lorsque vous êtes obligé de traiter constamment des problèmes personnels des autres, vous aurez sans doute tendance à vous épuiser et à être mécontent. Vous aimerez sans doute un emploi qui vous permet de maintenir de l'équilibre entre le travail dans lequel vous êtes d'un grand secours aux autres et le travail où les tâches requièrent très peu d'entraide interpersonnelle. Tout au long de votre carrière, accordez-vous le temps de songer à vos besoins et vos sentiments personnels de même qu'à ceux des gens qui sont près de vous.

## Esprit égalitaire



Au moment de prendre des décisions, vous aimez consulter longuement les autres. Vous croyez fermement qu'il est important pour vous d'obtenir l'avis des autres. Vous êtes le plus à l'aise dans votre travail quand vous pouvez échanger vos idées avec vos amis ou vos collègues pour en arriver à un commun accord avant d'avancer. Vous privilégiez l'adaptation plutôt que l'autodétermination, et vous êtes très réceptif aux idées et aux suggestions des autres. Ceci vous permet de bien travailler dans des situations dans lesquelles il est rare que des décisions se prennent de manière indépendante. Par moments, cette formule égalitaire peut mener à des pratiques non efficaces, mais elle permet un examen de toutes les options avant la prise de décision finale. Vous serez très satisfait, sans doute, de travailler dans un milieu consultatif. À l'examen de vos choix de carrière, vous aurez intérêt à prendre le temps de consulter les gens qui vous connaissent bien.

## Énergie et le dynamisme

Cette section se penche sur ce qui vous motive et sur l'attitude que vous adoptez pour créer et poursuivre vos objectifs. Elle examine votre ambition, votre niveau d'énergie, votre persévérance et vos préférences en matière de leadership. Chacun de ces secteurs se rapporte au type de travail que vous trouverez stimulant et à la façon dont vous souhaitez investir votre temps et vos ressources. Par exemple, les individus très ambitieux seront principalement motivés par le succès

et l'avancement ; les personnes moins ambitieuses ont tendance à préférer des activités autres que professionnelles qui mènent au développement individuel. Sachant ce qui vous motive et de quelle façon vous souhaitez progresser professionnellement, vous aurez franchi une étape importante dans l'identification des professions qui vous conviendront, ce qui facilitera votre transition de carrière.

## Énergie



Vous êtes une personne active et vous aimez le travail qui comporte des défis à la fois physiques et intellectuels. Le travail qui vous oblige à répondre à plusieurs exigences ou à composer avec une diversité de tâches vous excite. Toutefois, vous pourrez vous épuiser si l'emploi ne vous permet pas de vous détendre. Dans l'ensemble, votre attitude se traduit par une préférence justement équilibrée pour des projets exigeants comme pour des projets qui ne nécessitent pas trop d'énergie. C'est pourquoi le type de travail qui vous trouverez le plus satisfaisant comportera cet équilibre. Pour gérer efficacement votre réorientation de carrière, vous devrez apprendre à reconnaître à quel instant vous devenez fatigué.

## Ambition



Dans l'ensemble, vous avez bon caractère et vous avez généralement du plaisir dans une carrière passablement stable. Vous aimez progresser dans votre carrière, mais cette attitude ne semble pas être votre priorité majeure. Vous préférez vous fixer des objectifs réalisables, et vous n'adoptez pas une attitude " gagner à tout prix ". Résultat : vous retirerez de la satisfaction dans les milieux de travail qui focalisent peu sur l'esprit compétitif et où les objectifs de travail ne sont pas démesurément ambitieux. Les milieux de travail très compétitifs ne vous permettront pas, sans doute, d'y donner votre meilleur effort. Les personnes qui affichent des caractéristiques semblables aux vôtres considèrent souvent que la famille et les amis sont aussi, sinon plus, importants que les efforts soutenus d'ambition en vue d'avancer. Résultat : ils déploient plus d'énergie à travailler à des priorités personnelles qu'à faire évoluer leur carrière. Prendre le temps d'apprécier le présent - voilà sans doute le thème principal de votre vie, à l'heure actuelle, et vous préférez focaliser sur des démarches moins compétitives.

## Énergie et le dynamisme

## Leadership



Au travail, vous êtes disposé à prendre les affaires en charge, mais vous êtes également à l'aise de laisser aux autres le soin de jouer un rôle directeur. Quand c'est nécessaire, ou si la situation l'exige, vous assumerez un rôle de leadership pour donner des directives et des instructions aux autres. Toutefois, vous ne voulez pas toujours exercer ce degré élevé de responsabilité rattaché au rôle de leader. Vous préférez plutôt passer d'un rôle de leader à un rôle de subalterne selon la tâche. Dans ces domaines où vous avez l'expertise et les compétences nécessaires, vous aimez bien être en position de leadership. Cependant, quand vos talents ou votre habileté sont limités, vous êtes heureux de laisser aux autres le soin de prendre les choses en main.

## Confiance sure le plan social



Vous êtes à l'aise et de nature assurée dans des situations sociales et aimez recevoir de l'attention des autres. Vous êtes rapidement à l'aise lorsque vous rencontrez des gens pour la première fois. Vous prenez plaisir à engager des conversations avec n'importe quelle personne que vous rencontrez, et cette audace sociale vous permet d'être efficace dans des situations où vous devez souvent transiger avec des étrangers. Vous aimez être au centre de l'attention, vous êtes très sûr de vous et à l'aise de parler devant les gens. Vous êtes à l'aise autant dans les contextes formels que dans les contextes informels. Vous apprécierez des carrières qui vous obligent à rencontrer de nouvelles personnes, indépendamment de l'occasion.

## Énergie et le dynamisme

## Persuasion



Vous avez une légère préférence pour la persuasion et l'influence et aimez négocier avec les gens sur des questions que vous jugez importantes. Vous êtes disposé à faire valoir votre position sur des sujets qui vous intéressent et que vous maîtrisez. Si vous n'accordez pas d'importance au sujet, vous aurez probablement du mal à tenter de convaincre les autres de sa validité. Même si les postes de première ligne où vous devez faire beaucoup de vente et de négociation ne vous attirent pas particulièrement, vous vous sentirez à l'aise dans des emplois où vous pourrez mettre votre expertise à profit lors de négociations.

## Multitâche



Vous vous sentez le plus efficace lorsque vous êtes en mesure de vous concentrer sur une seule tâche. Vous préférez terminer une tâche avant d'en entreprendre une autre. Les gens comme vous donnent leur meilleur rendement quand ils peuvent se concentrer sur une seule tâche à la fois. Vous trouverez peut-être difficile de maintenir votre concentration si vous devez mener plusieurs activités à la fois. Vous êtes susceptible de ressentir de la frustration et du stress si on vous confie du travail additionnel. Vous privilégiez des emplois qui vous permettent de vous en tenir à un seul projet à la fois.



## Votre style au travail

Chaque individu aborde son travail à sa manière. Les différences dans les styles de travail peuvent être attribuées aux différences de l'attention qu'un individu accorde aux détails, à sa fiabilité et à sa volonté d'établir une structure et d'offrir des conseils. Certains individus travaillent avec un souci du détail ; ils préfèrent travailler

dans un environnement structuré et consciencieux. D'autres se concentrent sur des thématiques plus générales et adoptent une approche plus souple. Vos préférences dans ces domaines influenceront le type de tâches que vous trouverez agréables et d'environnements où vous vous sentirez à l'aise.

## Fiabilité



Vous mettez beaucoup d'effort à tenir parole et à respecter vos obligations. Vous vous efforcez de garder vos engagements et vous accordez de l'importance au fait de terminer le travail à temps. Toutefois, il vous arrive de percevoir les échéances comme étant quelque peu flexibles. Résultat : vous êtes disposé à bousculer les priorités et ignorer les échéanciers lorsqu'il se présente des situations plus importantes. Bien que cette attitude nuise à l'achèvement du travail dans les délais requis, elle vous permet de répondre à des priorités plus urgentes. Cette attitude est cruciale dans des postes dans lesquels les priorités peuvent changer et dans lesquels les engagements antérieurs peuvent être annulés.

## Persévérance



D'ordinaire, vous démontrez une assiduité et une volonté semblable à celles de la plupart des gens. Au travail, vous aurez la motivation voulue pour terminer vos tâches, mais vous serez porté à remettre à plus tard les projets qui suscitent peu votre intérêt ou les projets difficiles. Lorsque le travail vous oblige à surmonter quelques obstacles et à cibler des tâches exigeantes, vous paraissez satisfait de réussir à les compléter. Cependant, si les projets exigent beaucoup de temps et comportent des problèmes majeurs, vous pourriez être mécontent et vous décourager. C'est pourquoi le type de travail que vous aimez le plus comprendra un heureux mélange de tâches difficiles qui exigent de l'assiduité et d'autres tâches que vous pourrez achever sans trop d'effort. Ceci vous permettra de focaliser sur les tâches plus faciles quand vous avez plus de difficulté à vous motiver à accomplir ces autres tâches qui requièrent beaucoup d'assiduité.

## Respect des règles



Dans votre carrière vous aimez suivre les règles, et vous avez tendance à respecter étroitement les directives de travail. Vous vous percevez comme une personne qui adhère strictement aux règles et aux principes, et vous accordez plus d'importance au respect rigoureux des règles qu'à la liberté d'agir comme bon vous semble. Vos normes éthiques et professionnelles sont très élevées, et vous êtes mal à l'aise quand il faut manquer aux règles. Puisque vous appliquez strictement les règles, vous n'avez pas d'objection à travailler dans des situations structurées dans lesquelles il y a peu de fluctuations dans la façon de compléter les tâches. Vous réfléchissez sérieusement à bien faire les choses quand il s'agit de prendre des décisions. Dans les cas où il faut faire entorse aux règles, vous serez sans doute stressé. Vous paraissez être plus à l'aise à suivre les règles rigoureusement. Résultat : les autres voient en vous une personne consciencieuse qu'il est facile d'encadrer.

## Votre style au travail

## Souci du détail



Vous êtes organisé et vous adoptez une attitude disciplinée face à votre travail. Vous êtes méthodique et organisé dans tout ce que vous faites parce que vous aimez à ce que les choses soient bien faites. Votre style appliqué et l'attention soutenue que vous apportez aux détails démontrent à quel point il est important pour vous de faire les choses correctement et éviter de commettre des erreurs. Vous aimez examiner les détails de votre travail et n'aimez pas aller au plus vite pour respecter les échéanciers. Vous croyez que tout ce qui mérite d'être fait mérite d'être bien fait, ou pas du tout. Résultat : Les autres verront en cette attitude une personne perfectionniste. Votre style sera bien accueilli dans des cas dans lesquels il faut examiner minutieusement toutes les données et dans lesquels de petites erreurs peuvent entraîner des conséquences très fâcheuses. À titre d'exemples : la sécurité personnelle et financière et des questions légales. Le travail qui focalise sur les questions globales au détriment des détails spécifiques risque de vous stresser et vous gêner.

## Planification



Vous vous sentez à l'aise dans une structure où l'on trouve des plans détaillés et croyez que l'établissement de plans à long terme mène à des routines efficaces de travail. Vous aimez planifier un projet en détail avant de l'entamer. Les gens comme vous préfèrent planifier l'avenir d'une manière structurée pour pouvoir offrir une orientation et une structure précises aux autres. Vous êtes susceptible de ressentir de la frustration et du stress si vous devez entamer un projet sans plan détaillé ou lorsque le temps est limité. Vous privilégiez les carrières où vous pouvez structurer votre journée ou planifier l'avenir. Vous êtes moins intéressé par les carrières qui requièrent une spontanéité soutenue.

## La résolution de problèmes

Résoudre des problèmes constitue une tâche majeure au travail et lors d'un changement de carrière. Bien que les types de problèmes varient, les gens adoptent généralement la même approche à les résoudre. La résolution de problèmes implique deux activités principales, soit l'analyse d'informations et l'élaboration de solutions. Vos caractéristiques personnelles ont une influence sur la façon dont

vous dirigez chacune de ces tâches. Certaines personnes adoptent une approche analytique à l'examen d'information et recherchent des solutions bien fondées. D'autres se fient à leur intuition pour interpréter l'information et élaborent des solutions créatives et originales.

### Innovation



Vous dites être une personne à l'esprit créatif et fantaisiste, et vous avez de la facilité à inventer des idées. Vous avez l'esprit ouvert, vous êtes curieux, et vous aimez le travail qui exige de la débrouillardise et de l'individualité. Vous aimez résoudre des problèmes et vous êtes disposé à déborder les limites traditionnelles pour rechercher des solutions moins orthodoxes. Pour chercher à résoudre des problèmes, vous faites appel à votre esprit d'initiative. Vous songez souvent aux possibilités d'avenir et recherchez la meilleure façon d'améliorer les choses. En général, vous focalisez plus sur les idées que sur les valeurs concrètes. Les types de travail qui vous plairont exigeront un esprit créatif et audacieux et vous permettront de mettre votre curiosité à l'épreuve pour cibler et examiner de nouvelles idées.

### Raisonnement analytique



Quand il vous faut résoudre des problèmes, vous le faites avec un esprit analytique et logique. Vous utilisez une formule d'évaluation à la fois soignée et résolue. Vous travaillez confortablement dans des situations qui exigent que vous trouviez des solutions à des problèmes complexes nécessitant une réflexion abstraite. Dans la plupart des situations, vous avez tendance à bien saisir des relations subtiles. Vous aimez recueillir le plus d'information possible en vue d'en arriver à une décision bien informée, et vous analysez soigneusement toutes les facettes des problèmes. Cette attitude intensive vous oblige à prendre beaucoup de temps, mais grâce à elle, il est rare que vous commettiez des erreurs de jugement. Au travail, vous aimerez sans doute le travail qui comporte l'analyse de données et des discussions sur les conclusions que vous en tirez. Vous aimerez également les tâches qui impliquent la résolution de problèmes difficiles. Dans de rares instants, il vous arrivera de prendre une décision spontanée, selon vos instincts. Toutefois, les travaux qui nécessitent une prise de décision rapide avant un examen judicieux risquent de vous causer du stress.

## Faire face à la pression et au stress

Votre tolérance à la pression et au stress de même que votre force émotive et votre souplesse agissent sur votre manière d'aborder le travail et sur la façon dont vous affrontez les difficultés lors d'un changement de carrière. Les gens qui tolèrent bien le stress et qui sont en mesure de faire face à de nombreuses demandes ont

tendance à réussir dans des emplois complexes et exigeants et ne craignent pas le changement de carrière. Ceux qui n'aiment pas le stress tendent à trouver le succès et la satisfaction dans des professions moins exigeantes et éprouvent certaines difficultés lors de transitions de carrière.

## Maîtrise de soi



Vous êtes de nature calme et vous contrôlez bien vos émotions. Vous ne vous vexez pas facilement et il est facile pour vous d'être patient envers les autres. Vous laissez rarement vos émotions gêner vos démarches. Parfois, vous contrôlez si bien vos réactions que même les personnes qui vous connaissent bien n'arrivent pas à deviner vos sentiments ou vos opinions. Vous avez de la facilité à demeurer calme et vous ne souffrez pas d'anxiété. Même dans les moments difficiles, vous arrivez à préserver votre sang-froid et à traiter calmement des problèmes. Vous exprimez rarement la colère, et il en faut beaucoup pour vous troubler. Dans des situations tendues, il est rare que vous disiez des choses qu'il vous arrivera de regretter plus tard. Quand vous vous vexe, vous arrivez vite à reprendre le dessus et vous gérez les événements de votre vie de manière équilibrée. Vous paraissez bien à l'aise à travailler dans des milieux dans lesquels les passions sont avivées.

## Tolérance au stress



Vous tolérez assez bien le stress et vous pouvez vous détendre à la suite d'un travail difficile qui a nécessité un peu d'effort. Résultat : vous n'avez pas d'objection à travailler dans des milieux exigeants et vous vous tirez bien d'affaire dans du travail à pression élevée. Bien qu'un trop grand nombre d'exigences vous épuise, il est rare que vous vous sentiez débordé, et vous pouvez maintenir un comportement de travail efficace malgré les bonds en arrière. Vous avez du mal à tolérer le stress quand il vous faut faire face à des tâches difficiles et répétitives et qu'on ne vous donne pas l'occasion de focaliser sur des projets moins complexes. Vous trouverez beaucoup de satisfaction dans un travail qui vous procure un effet combiné de tâches à pression élevée et d'autres activités à exigences minimales. Ceci vous permettra de passer à des projets plus faciles quand votre seuil de stress devient trop élevé et que vous ressentez le besoin de vous détendre.

## Reconnaître et gérer le changement

Votre façon d'aborder et de gérer le changement aura une influence énorme sur les tâches que vous aimerez accomplir. Les gens qui se disent flexibles et orientés vers l'avenir semblent plus aptes à tolérer le changement et retirent plus de satisfaction de leur travail. Dans des environnements de travail plus stables, les gens qui se décrivent comme étant fiables et axés sur le présent sont généralement plus

satisfaits. Vos préférences auront également une forte influence sur la façon dont vous gérez votre carrière. Les gens qui craignent le changement trouvent les transitions professionnelles souvent difficiles. Les gens qui apprécient le changement trouvent les transitions de carrières plutôt stimulantes.

## Initiative



En général, les nouveaux défis vous intéressent peu et vous ne retirez aucun plaisir à prendre rapidement l'initiative pour tirer le meilleur parti de nouvelles possibilités. Vous adoptez, plutôt, une attitude réservée quand vous examinez des projets et vous préférez entreprendre des activités après avoir consulté d'autres personnes ou leur avoir demandé des directives. Résultat : toute entreprise ou tout changement dans lesquels vous vous engagez sont généralement bien réfléchis. Au cours d'une réorientation de carrière, cette attitude peut vous ralentir dans vos réactions immédiates aux diverses possibilités qui se présentent à vous, mais elle assure que les possibilités de carrière auxquelles vous prétendez conviennent bien à vos aspirations. Et puisque vous ne vous décrivez pas normalement comme une personne à l'esprit d'entrepreneur, vous aurez beaucoup de plaisir dans des environnements de travail qui offrent des responsabilités constantes et qui ne vous obligent pas à cibler de nouvelles situations potentielles.

## Flexibilité



Vous aimez un peu de diversité dans votre vie et vous êtes de nature assez flexible. Vous appréciez des activités nouvelles et intéressantes, et vous vous ennuyez si le travail ou les activités de votre vie deviennent routiniers. Si les choses deviennent trop bien structurées ou figées, vous pourriez partir à la recherche de nouvelles activités pour injecter de l'animation dans votre vie. Bien que vous acceptiez bien le changement, vous appréciez aussi une vie quelque peu stable et prévisible. Si on vous demande de trop vous adapter, vous pourriez vous sentir dépassé. Dans des périodes de changement, vous préférez que ces changements se produisent à un rythme plus ralenti pour vous accorder le temps nécessaire de vous y ajuster. Dans une réorientation de carrière, vous devrez prendre le temps qu'il faut pour vous habituer à l'adaptation qu'on exigera de vous. Cependant, le plaisir que vous prenez à apprécier la diversité vous aidera certainement à bien vous ajuster.

## Attentes en matière de carrière

Lors de l'examen de votre carrière, vous devez identifier ce que vous aimez faire, ce que vous faites bien, et les buts précis que vous voulez atteindre. Votre personnalité révèle de nombreux aspects sur vous qui vous guideront et vous conseilleront dans le choix d'une carrière gratifiante. Prenez le temps de lire les énoncés suivants afin de mieux comprendre ce que vous pourriez rechercher en matière de carrière.

### Travailler avec les autres - Recherchez des carrières qui :

- Vous donnent des occasions de rencontrer des gens.
- Font appel à votre nature sociable et cordiale.
- Impliquent fréquemment du travail en équipe.
- Vous donnent l'occasion de travailler en étroite collaboration avec vos collègues.
- Traitent rarement de questions interpersonnelles.
- Vous permettent d'examiner les problèmes de manière objective.
- Vous permettent de prendre conseil auprès des autres au moment de prendre une décision.
- Assurent que les décisions soient prises à la suite de consultation et d'entente amiable.

### Énergie et le dynamisme - Recherchez des carrières qui :

- Comportent un mélange de tâches exigeantes et de tâches qui peuvent être accomplies assez facilement.
- Vous permettent de travailler à un rythme soutenu.
- Impliquent plusieurs réalisations non-compétitives.
- Vous permettent de maintenir un équilibre entre votre vie professionnelle et votre vie personnelle.
- Vous permettent d'assumer un rôle de leadership dans des situations qui traitent de votre domaine de compétences.
- Vous permettent de jouer un rôle de subalterne dans des situations où votre expertise ou vos compétences ne sont pas appropriés.
- Vous permet de mobiliser les gens dans des cadres tant formels et qu'informels.
- Vous permet de vous présenter comme étant qualifié et compétent.
- Vous permet de négocier dans les domaines où vous avez acquis de l'expertise.
- Vous permet de participer à des discussions amicales.
- Vous permet de vous concentrer sur une seule tâche à la fois.

**Attentes en matière de carrière****Votre style au travail - Recherchez des carrières qui :**

- Vous donnent l'occasion de déplacer l'ordre des priorités et d'ignorer les échéanciers lorsque surviennent des activités majeures.
- Comportent des tâches dont l'ordre des priorités doit être sans cesse reclassé.
- Comportent un mélange de tâches exigeantes qui nécessitent un effort tenace et des tâches qui peuvent être accomplies rapidement.
- Impliquent du travail qui n'exige pas beaucoup de temps ou qui n'est pas laborieux.
- Comportent peu de fluctuations dans la façon de compléter des tâches.
- Comportent des règles et des directives particulières qu'il faut respecter.
- Vous permettent de travailler dans un cadre structuré et bien organisé.
- Exigent une attention au détail très soutenue et une application constante à compléter le travail sans erreurs.
- Fournit une structure et une direction claires.
- Vous permet de faire des plans à long et à court termes.

**La résolution de problèmes - Recherchez des carrières qui :**

- Exigent un esprit inventif, imaginatif et débrouillard.
- Vous permettent d'élaborer des solutions originales.
- Vous permettent de focaliser sur des possibilités pour l'avenir.
- Exigent que vous trouviez la solution à des problèmes difficiles qui nécessitent une réflexion abstraite.
- Impliquent l'étude de données et des discussions sur ces mêmes données.

**Faire face à la pression et au stress - Recherchez des carrières qui :**

- Font appel à votre degré élevé de maîtrise de soi.
- Impliquent des problèmes qu'il faut résoudre de manière calme et décontractée.
- Comportent des tâches qui sont modérément exigeantes et dont le milieu de travail n'est pas constamment stressant.
- Offre une succession de tâches dont la pression est très élevée et d'autres qui sont moins exigeantes.

**Reconnaître et gérer le changement - Recherchez des carrières qui :**

- Comportent des responsabilités équilibrées, et ne vous obligent pas à cibler de nouvelles occasions d'affaires.
- N'impliquent pas de nouvelles initiatives ou de nouveaux défis à relever.
- Comportent des tâches qui changent rarement et qui ne vous obligent pas d'entreprendre de nouveaux projets ou d'assumer de nouvelles responsabilités.
- Comportent un peu de diversité, mais le travail, dans son ensemble, est généralement stable et change lentement.
- Exigent de la flexibilité pour assurer l'adaptation à un nombre raisonnable de changements.
- Implique quelques tâches routinières.

## La gestion de votre carrière

Cette section du rapport renferme des suggestions qui vous aideront à gérer votre carrière. Chaque section présente des démarches stratégiques que vous pourrez mettre en œuvre pour optimiser votre avancement professionnel.

### Travailler avec les autres – Stratégies de développement de carrière

- Quand vous rencontrez de nouvelles personnes, accordez-leur l'occasion de parler et d'exprimer ce qu'elles pensent. Passez plus de temps à recueillir l'information des autres plutôt que de partager vos propres pensées et vos idées.
- Utilisez vos prédispositions pour le travail en équipe dans le but de cultiver un réseau d'appui qui vous aide à faire la transition de carrière. Travaillez de manière autonome aux tâches que vous pouvez facilement achever seul. Il est souvent efficace d'impliquer d'autres personnes dans ces activités.
- Surveillez de quelle manière les personnes exercent une influence sur les décisions que vous prenez. Ne négligez pas le besoin que vous avez de prendre du temps pour vous-même, et focalisez sur vos propres aspirations et objectifs.
- Évitez de consulter les personnes qui ne peuvent vous aider d'emblée avec les décisions que vous devez prendre. Le fait de consulter ces personnes vous donne peu d'information et risque de vous ralentir.

### Énergie et le dynamisme - Stratégies de développement de carrière

- Plutôt que de déployer votre énergie dans une foule d'activités, focalisez sur moins de tâches; vous aurez sans doute plus de succès.
- Votre attitude décontractée pourrait entraver votre succès au travail et nuire à l'avancement de votre carrière. Fixez-vous des objectifs rigoureux et travaillez avec acharnement à les atteindre.
- Assumez le contrôle des tâches ou des projets quand vous avez les compétences et l'expertise pertinentes. Dans les domaines où l'expérience vous fait défaut, fiez-vous aux conseils des autres.
- Vous dominez aisément un contexte de groupe. Cédez parfois votre place et accordez aux autres leur moment de gloire.
- Évaluez chaque situation individuellement afin de déterminer si une approche persuasive, de collaboration, ou de conformité serait la plus appropriée. Il existe des cas où chacune de ces approches est convenable.
- Vous pouvez rater des occasions si vous ne les saisissez pas lorsque disponibles. Apprenez à reconnaître à quel moment de nouvelles responsabilités deviennent les opportunités et relevez le défi, même si vous avez déjà entamé d'autres tâches.



## La gestion de votre carrière

**Votre style au travail - Stratégies de développement de carrière**

- Achevez vos obligations et vos engagements dans les délais prescrits. Acceptez, toutefois, d'ajuster vos priorités pour répondre aux besoins plus pressants.
- Surveillez de ne pas baisser les bras trop tôt devant des tâches difficiles. Cherchez des trucs pour vous motiver à persister devant les tâches ardues qui occupent beaucoup de temps.
- Vérifiez à ce les méthodes que vous utilisez dans votre réorientation de carrière sont efficaces. Adoptez une stratégie qui examine de quelle façon vous pourriez mieux faire les choses.
- Si vous êtes trop focalisé sur les arbres, vous risquez de passer outre la forêt. Examinez l'ensemble des objectifs de votre réorientation professionnelle ; ne vous laissez pas enliser devant des exigences démesurément élevées.
- Quelle que soit la qualité d'une bonne planification ou d'un horaire, l'un ou l'autre peut être affecté par des imprévus. Bien que vous aimeriez sans doute vous en tenir à un plan, reconnaissez que la situation a changé et modifiez les priorités en conséquence.

**La résolution de problèmes - Stratégies de développement de carrière**

- Vous paraissez être une personne visionnaire qui prend plaisir à réaliser de nouvelles idées et des solutions imaginatives. Toutefois, pour gérer une réorientation de carrière avec succès et atteindre vos objectifs, vous devez consacrer du temps aux tâches répétitives et routinières.
- Passez vos objectifs de carrière en revue pour éviter qu'ils ne soient trop utopiques ou qu'ils ne soient pas pratiques. Faites appel à votre créativité et votre esprit imaginaire pour formuler des idées de carrières potentielles et des solutions à votre recherche d'emploi. Ensuite, prenez le temps d'examiner les idées réalistes.
- Quand vous résolvez des problèmes, vous êtes analytique et logique, et vous employez une méthode d'évaluation assurée et consciencieuse. Très souvent, ce comportement intense exige beaucoup de temps, mais vous commettez rarement des erreurs de jugement. Ne perdez pas trop de temps à analyser l'information, car cela pourrait vous empêcher de prendre des décisions.
- Faire face à une réorientation professionnelle comporte plusieurs décisions d'ordre mineur qui ne nécessitent pas beaucoup d'analyse ou de discussions. Lorsque vous devez faire face à des questions de moindre importance, fiez-vous à votre instinct et agissez de manière assurée. Ce comportement vous aidera à atteindre plus rapidement vos objectifs et vous donnera l'ardeur qu'il vous faut pour compléter d'autres activités professionnelles.

## La gestion de votre carrière

**Faire face à la pression et au stress - Stratégies de développement de carrière**

- Vous êtes une personne calme, de bon caractère, qui ne s'en fait pas. Vous avez tendance à retenir vos émotions, si bien parfois que les gens qui vous connaissent bien ne peuvent pas deviner ce que vous ressentez. En partageant vos pensées et vos sentiments avec vos proches, vous serez plus en mesure de clarifier vos préférences professionnelles et élaborer des objectifs de carrière.
- Votre degré élevé de maîtrise de soi et votre aptitude à masquer vos émotions peut faire en sorte que les gens pourraient ne pas reconnaître à quel instant vous auriez besoin d'aide. En partageant vos conflits avec d'autres, vous leur donnez l'occasion de vous encourager et de vous aider.
- Vous tolérez le stress raisonnablement bien ; vous éprouverez quelques difficultés parfois à vous détendre quand vous devez faire face à des tâches difficiles. Quand vous ressentez de la pression, focalisez sur les tâches les moins compliquées jusqu'à ce que vous ayez retrouvé votre calme.
- Accordez du temps aux étapes préparatoires, même quand il s'agit de tâches que vous jugez faciles. Ne vous souciez pas des événements sur lesquels vous n'avez aucun contrôle.

**Reconnaître et gérer le changement - Stratégies de développement de carrière**

- Vous êtes porté à adopter une manière plutôt réservée dans votre évaluation de carrières et vous n'aimez pas prendre d'initiative sans consulter d'autres personnes. Bien que cette formule assure que tout ce que vous entreprenez est bien réfléchi, elle peut vous empêcher de profiter de diverses possibilités qui se présentent à vous.
- Gardez-vous de ne pas laisser votre désir de stabilité influencer sur votre exploration de nouvelles possibilités de carrière. Demeurez plus ouvert aux risques et n'hésitez pas à agir rapidement quand surviennent des choix de carrière.
- Bien que le changement ne vous déplaît pas, vous appréciez une certaine constance et de la continuité dans votre vie. Au moment de cibler des possibilités de carrière, vous devez reconnaître qu'il vous faut un peu de flexibilité et il vous faudra assouplir certains aspects de votre vie. Prenez donc le temps de réfléchir à tout ce qu'une réorientation de carrière implique ; acceptez les divers changements qu'il vous faudra faire dans un tel cas.
- Apportez des changements à votre plan de carrière uniquement lorsque nécessaire et non simplement parce qu'il vous faut un peu de nouveauté. Examinez votre réorientation de carrière avec une perspective optimiste qui focalise sur la façon dont le changement peut améliorer votre vie.

## Revue et planification de carrière

Le rapport de carrière de l'Indice de personnalité de travail (IPT) a été conçu dans le but de vous aider à reconnaître vos forces particulières et à cibler les domaines dans lesquels vous viserez à améliorer votre efficacité professionnelle. L'IPT mesure des caractéristiques personnelles qui comportent des éléments négatifs et des aspects positifs. Votre interprétation de ce rapport devrait avoir pour objectif d'apprendre tout sur vous-même en vue de tirer profit des valeurs positives de vos caractéristiques tout en diminuant l'effet de leur aspect négatif possible. Plus vous comprendrez votre façon de gérer les situations, mieux vous serez en mesure de réaliser votre plein potentiel et de prendre des décisions qui vous apporteront une plus grande satisfaction. Les étapes de planification ci-dessous vous aideront à mieux vous connaître et à identifier vos points forts.

- Tout d'abord, lisez votre rapport à quelques reprises. Accordez une attention spéciale à ce qu'il dit à votre sujet et mettez en évidence les énoncés qui semblent vous décrire le mieux. Penchez-vous plus particulièrement sur les énoncés de la section « Attentes en matières de carrière ». Ils vous procureront une bonne idée de ce que vous pourrez rechercher en ce qui concerne une carrière qui conviendra le mieux à votre personnalité.
- Accordez ensuite une attention particulière aux énoncés qui vous surprennent ou qui indiquent les domaines où vous pourriez être plus efficace. Réfléchissez à ces qualités et consultez les gens qui vous connaissent bien pour en vérifier l'exactitude.
- Enfin, élaborer un plan pour éviter les comportements qui pourraient réduire votre efficacité et votre rendement. Examinez de près les énoncés de la section « La gestion de votre carrière » et passez soigneusement en revue les stratégies de développement de carrière. Elles vous aideront à définir des objectifs réalistes pour accroître votre efficacité dans la réalisation de vos objectifs de carrière. Tenez alors compte de vos objectifs futurs et définissez les ajustements que vous pourriez apporter afin de les atteindre. Utilisez le modèle « Plan d'action » pour vous appuyer dans cette démarche.

## PLAN D'ACTION – QUESTIONS

1. Quel emploi particulier, quelle carrière ou quelles activités de loisirs désirez-vous connaître davantage ou cibler pour l'avenir ? Quels sont vos objectifs d'ensemble de carrière ? Plus vos objectifs seront clairs, plus il sera facile de les atteindre.
2. Quelles expériences, éducation ou formation devez-vous obtenir pour préparer la prochaine étape de votre carrière ?
3. Quels sont les gestes les plus importants que vous pouvez accomplir pour améliorer votre efficacité et votre degré de satisfaction par rapport à la vie ?
4. Réviser les sections de votre rapport qui traitent la gestion efficace de transitions de carrière. Qu'est-ce que vous devez entreprendre pour vous assurer d'atteindre vos objectifs ? Dressez une liste des étapes et des activités spécifiques.
5. Que pouvez-vous cesser de faire qui vous empêche d'atteindre le succès désiré ?
6. Quels échéanciers devez-vous fixer pour être sûr d'atteindre vos objectifs ?

## Revue et planification de carrière

## PLAN DE CARRIÈRE

Objectifs de carrière que vous aimeriez atteindre	Étapes nécessaires à la réalisation de ces objectifs	Ressources nécessaires	Délais prévus

**Revue et planification de carrière**

Après avoir répondu aux questions précédentes et mis en place l'ébauche de votre plan d'action, prenez le temps d'examiner ce que vous avez noté et tenez compte de ce qui suit.

**Que devez-vous faire pour améliorer vos plans de carrière ?**

**Quels sont les aspects de votre planification dont vous êtes plus fier ?**

**Que souhaiteriez-vous discuter avec les personnes que vous respectez le plus au sujet de vos plans de carrière, soit un parent, un conjoint, un ami proche, un conseiller en orientation ? Maintenant est le meilleur moment d'en discuter.**

À mesure que vous avancerez dans votre carrière, revenez occasionnellement à votre plan de carrière et révisez ce que vous avez noté. Selon l'évolution, certains aspects de votre plan de carrière devront possiblement être mis à jour ou modifiés. En revenant régulièrement sur vos préférences et vos points forts, et en fixant des objectifs réalistes, vous serez mieux équipé pour réaliser votre progression de carrière. Bonne chance !