

Fiche A : Auto-évaluation de mes compétences scolaires et extrascolaires

Auto - évaluation de mes compétences Scolaires et extra-scolaires

Pour parvenir à un choix réaliste, vous devez aussi tenir compte d'un certain nombre de facteurs, qui vous sont propres, notamment :

- **vos compétences**
- **vos résultats scolaires**

. Au cours de vos activités (loisirs, occupations à la maison, études, ...), vous remarquez peut-être (ou votre entourage vous le fait remarquer), que vous avez des facilités pour exécuter certaines tâches. Ces facilités sont communément appelées compétences ou aptitudes.

Les aptitudes ne sont pas données une fois pour toutes, mais peuvent apparaître ou se développer suivant les intérêts et les motivations. En faire le bilan est intéressant au moment d'un choix scolaire ou professionnel.

La liste ci-dessous explicite les termes définissant certaines capacités, aptitudes. Elle vous aidera à remplir le tableau que vous trouverez à la suite.

- Soin et précision : être capable de travailler avec ordre et propreté, soigner les détails, transcrire et vérifier des lettres et des chiffres sans erreur, manipuler des pièces avec précaution...

- Aisance dans la communication (sens des contacts) : être capable d'entrer facilement en contact avec les gens, d'écouter, d'établir une relation.

- Aisance dans l'expression orale : être capable d'exprimer clairement un point de vue, de transmettre une information avec précision sans effort particulier.

- Aptitude à l'expression écrite : être capable de rédiger facilement et correctement un texte en utilisant au mieux les ressources du vocabulaire et de la syntaxe.

- Imagination, créativité : être capable d'imaginer des solutions à des problèmes divers, d'inventer de nouveaux procédés, de créer des produits, des modèles, de présenter des objets de façon originale.

- Esprit logique, raisonnement : être capable de prendre en compte un ensemble de données, de les analyser, de les organiser, de déduire les conséquences logiques d'un choix.

- habileté manuelle : être capable d'utiliser des outils et de se servir de machines de façon efficace, faire un travail de précision avec une certaine rapidité, avoir des gestes bien coordonnés...

- Sens pratique : être capable de résoudre facilement les problèmes concrets de la vie courante.

- Force physique et endurance : être capable d'effectuer des travaux nécessitant activité musculaire et résistance à la fatigue, pouvoir être exposé aux intempéries...

Mes compétences scolaires et extrascolaires :

compétences- aptitudes	Très développées chez moi	Plutôt développées chez moi	Peu développées chez moi	Pas du tout développées chez moi
Organisation - méthode				
Régularité dans le travail				
Soin et précision				
Autonomie et initiative				
Aisance dans la communication (sens des contacts)				
Aisance dans l'expression orale				
Aptitude à l'expression écrite				
Aptitude au travail en groupe				
Imagination, créativité				
Esprit logique, raisonnement				
Sens des responsabilités				
Esprit d'analyse et de synthèse				
Autorité - rayonnement				
Habileté manuelle				
Sens pratique				
Force physique et endurance				

Après réflexion, quelle est, ou quelles sont la ou les compétences qui vous semble(ent) :

- La, les plus développée(s) chez vous :

-

-

-

- Pouvez vous donner des exemples d'activités (scolaires ou extra-scolaires au cours desquelles vous avez développé l'une ou l'autre de ces compétences :

-

-

-

Compétences	Développées dans le champ scolaire	Développées dans le champ extra-scolaire

Est-ce que mes compétences sont en adéquation avec les métiers qui ont retenus mon attention ?

Métier 1 : Mes compétences en adéquation :

Métier 2 : Mes compétences en adéquation :