

Carrières
en croissance

Cultiver les possibilités de carrière

MODULE D'EXPLORATION DE CARRIÈRE NIVEAU POSTSECONDAIRE



Bonjour,

Bienvenue au module d'exploration de carrières s'adressant aux jeunes de niveau postsecondaire et intitulé « Cultiver les possibilités de carrière », du programme Carrières en croissance des 4-H du Canada. Ce module vous donne l'occasion d'en apprendre plus à propos de ce que vous voulez de votre future carrière, de découvrir de nouvelles possibilités de carrière et d'examiner la façon dont vous y parviendrez. Ce module vous donnera des ressources et des aides pour vous préparer à votre future carrière.

Grâce à ce module, vous en saurez plus sur ce que vous attendez d'une future carrière, explorerez de nouvelles possibilités de carrière et élaborerez un plan qui vous aidera tout au long de votre parcours vers votre future carrière.

Voici la façon dont l'approche du développement positif des jeunes soutient votre future carrière :

Tout ce que les 4-H mettent en œuvre vise à garantir que vous soyez en mesure de renforcer et d'acquérir des compétences et des capacités grâce à l'approche de développement positif des jeunes (DPJ). Cette approche reconnue à l'échelle mondiale vous considère comme un actif humain et un partenaire dans la communauté. Cette approche générale et cette philosophie sont intégrées à tous nos programmes, y compris à ce module de développement de carrière. La formule DJP ou « structure alvéolaire » des 4-H vous forme afin que vous deveniez une personne responsable, attentionnée et collaboratrice disposant des moyens de réussir!

La structure alvéolaire des 4-H identifie les atouts clés que le programme des 4-H vous permet de renforcer. C'est donc sans surprise que vous retrouverez ces atouts considérés comme des compétences transférables tout au long de ce module. Les **compétences transférables** favorisent la réussite dans tous les domaines de la vie, y compris dans le travail, dans le bénévolat et même dans les activités liées aux loisirs. Ce lien entre les atouts et les compétences transférables ne constitue que l'une des nombreuses façons dont les 4-H vous accompagnent en vue de la réussite de votre future carrière!



Comment utiliser ce module

Parcourez le module dans l'ordre présenté et prenez le temps de répondre aux questions de réflexion à la fin de chaque section. Ces réflexions vous permettront d'évaluer votre apprentissage lié à vos choix de carrière, à vous-même et à la façon dont vous pouvez utiliser ces renseignements. Prenez le temps de terminer le module et complétez les activités à votre rythme. Vous pouvez également compléter le module en même temps qu'un ou une ami(e) ou avec des membres du club des 4-H. Inscrivez-vous ensemble afin de rester motivés, de partager vos idées et de parler de ce que vous apprenez.

Votre parcours professionnel vous appartient! Il n'existe pas de bon ou de mauvais parcours ou objectif. N'hésitez donc pas à profiter de cette possibilité de croissance personnelle et de l'occasion d'explorer les carrières qui s'offrent à vous!

Table des matières

Renouer avec vous-même	2
ACTIVITÉ 1 – Questionnaires d’auto-évaluation	2
ACTIVITÉ 2 – Objectifs de carrière	4
Section 1 Réflexion	5
Flexibilité des carrières	7
ACTIVITÉ 1 – Compétences transférables	7
ACTIVITÉ 2 – envisager d’autres secteurs	11
Section 2 Réflexion	13
Réseautage	15
ACTIVITÉ 1 – Engagement personnel	15
ACTIVITÉ 2 – Réseautage 101	17
ACTIVITÉ 3 – LinkedIn	19
Section 3 Réflexion	21
Certificat de réussite	23
Références	24



@4hcanada



@4HCanada



/4HCanada

1

Renouer avec vous-même

La vie des jeunes de niveau postsecondaire est parsemée de priorités concurrentes, d'exigences en matière de temps, d'attentes et de stress. Dans ce contexte, il est facile de perdre de vue la personne que vous êtes et les objectifs que vous souhaitez atteindre. Dans cette section, vous réaliserez des activités qui vous permettront de renouer avec vous-même, de prendre conscience de ce qui est important pour vous et de définir vos attentes concernant votre future carrière.



ACTIVITÉ 1 - Questionnaires d'auto-évaluation

Les questionnaires d'auto-évaluation et portant sur les carrières vous permettent d'établir un lien entre la personne que vous êtes et vos attentes concernant votre future carrière. Ils peuvent également vous aider à identifier et à trouver de nouveaux parcours professionnels disponibles que vous n'auriez peut-être pas envisagés auparavant.

Pour trouver la carrière qui vous convient le mieux, vous devez avant tout bien vous connaître, tant sur le plan personnel que professionnel. Il s'agit notamment de ce que vous aimez et n'aimez pas et de la façon dont vous travaillez le mieux. Ces préférences doivent également correspondre à vos objectifs de carrière, à vos valeurs, à vos intérêts et à vos compétences.

Le site Web Guichet-Emplois du gouvernement du Canada propose des questionnaires que vous pouvez remplir gratuitement. Chaque questionnaire prendra de 5 à 10 minutes de votre temps. Vous pouvez remplir ces questionnaires autant de fois que vous le souhaitez sans créer de compte ou en créant un compte personnel gratuitement afin de sauvegarder vos résultats.

The quizzes available are:

- Possibilités de carrière
 - › Intérêts – trouvez les carrières avec lesquelles vous avez le plus d'affinités en fonction de vos intérêts.
 - › Habilités – obtenez une liste de choix de carrière correspondant à vos compétences clés.
 - › Activités professionnelles – choisissez de quelle façon vous préférez travailler avec des personnes et des choses, et obtenez une liste de choix de carrière correspondant à vos réponses.
- Explorer votre personnalité
 - › Intelligences multiples – cernez votre façon de penser et de voir les choses.
 - › Style d'apprentissage – découvrez si vous apprenez mieux en regardant, en écoutant ou en faisant quelque chose.
 - › Valeurs au travail – faites le point sur les valeurs qui sont importantes pour vous dans votre milieu de travail.

Vous pouvez accéder à ces questionnaires au lien suivant : <https://www.guichetemplois.gc.ca/planification-carriere/questionnaires>

Vous souhaitez en savoir plus? D'autres questionnaires en ligne sont à votre disposition gratuitement si vous souhaitez en savoir plus sur vous-même..

- 16Personalities (16 Traits de personnalité) – Ce test de personnalité est basé sur les travaux du psychologue Carl Jung et vous donnera un aperçu des traits de personnalité liés à l'esprit, à l'énergie, à la nature, à la tactique et à l'identité. Ce questionnaire est accessible au lien suivant : <https://www.16personalities.com/fr/test-de-personnalite>
- My Next Move (Ma prochaine étape) – Le profileur d'intérêts d'O.*Net vous permet d'obtenir une liste de choix de carrières à explorer en fonction de vos intérêts. Le profileur est accessible au lien suivant : mynextmove.org/explore/ip
- Autoévaluation de l'entrepreneur.e – ce questionnaire vous permettra de déterminer si vous disposez des aptitudes, de la motivation et de la volonté nécessaires à la gestion de votre propre entreprise. Ce questionnaire est accessible au lien suivant : <https://www.bdc.ca/fr/articles-outils/boite-outils-entrepreneur/evaluation-entreprise/autoevaluation-mesurez-votre-potentiel-entrepreneurial>

1. Nous vous invitons à remplir plusieurs des questionnaires suggérés ci-dessus. (Plus vous remplirez de questionnaires, plus vous obtiendrez les renseignements qui vous aideront!)
2. Après avoir rempli chaque questionnaire, prenez connaissance des résultats et utilisez l'espace ci-dessous afin de noter les éléments qui pourraient vous être utiles dans votre parcours professionnel.

Nom du questionnaire	Résultats intéressants et importants



ACTIVITÉ 2 – Objectifs de carrière

Avant d'aborder votre future carrière, il est préférable d'avoir une idée des choses que vous aimeriez réaliser et accomplir. Vos objectifs ne doivent pas nécessairement être ambitieux. En effet, il peut d'agir d'autre chose que de la création de votre propre entreprise ou de la possession de votre propre exploitation agricole. Certains de vos objectifs peuvent être simples, comme prendre un café avec un collègue différent chaque mois ou donner son avis sur un projet. Vos objectifs prennent de l'envergure, s'élaborent et changent tout au long de votre carrière. Soyez prêt(e) à vous adapter et soyez ouvert(e) à l'évolution de votre carrière au fil du temps. Il est nécessaire que vous ayez une idée de ce que vous voulez faire et de vos objectifs de carrière dès le début de votre parcours professionnel. Cela vous permettra d'élaborer un plan qui vous aidera à atteindre vos objectifs.

« Un rêve écrit avec une date devient un objectif. Un objectif décomposé en plusieurs étapes devient un plan. Un plan soutenu par des actions devient une réalité ».

— Greg S. Reid

1. Utilisez l'espace ci-dessous pour créer une carte heuristique des futurs objectifs de votre carrière.
 - Placez-vous tout d'abord au centre de cette carte heuristique. En partant du centre, créez des branches faisant apparaître les options de carrière ou les catégories (telles que les objectifs à court et à long terme) que vous envisagez.
 - En partant de chaque branche initiale, ajoutez d'autres branches contenant des idées, des objectifs et des plans connexes. Si vous éprouvez des difficultés, retournez à l'activité 1 et passez en revue les conclusions des questionnaires d'auto-évaluation que vous avez remplis. Tenez compte de vos intérêts, de vos capacités, ainsi que de vos valeurs personnelles et professionnelles.



Section 1 Réflexion

Use these questions to reflect on your experience completing the activities in Section 1 of this career exploration module, what you've learned about yourself and your future career goals.

Selon le Forum économique mondial, la pandémie de COVID-19 a rappelé qu'un bon travail au sein d'une organisation stable n'a plus le même sens qu'autrefois. Alors que la collectivité mondiale évolue au gré de la pandémie de COVID-19, la compétence professionnelle la plus importante est l'adaptabilité, c.-à-d. la capacité de se mettre rapidement au travail, d'adopter différentes manières de penser afin de trouver des solutions créatives et de rechercher de nouvelles possibilités visant à acquérir et à accroître les compétences.



Qu'avez-vous appris ou réalisé sur vous-même et sur vos objectifs concernant votre future carrière?

Votre réflexion sur votre future carrière a-t-elle évolué ou demeure-t-elle inchangée? Veuillez expliquer pourquoi.

Quelles étaient vos impressions lorsque vous réfléchissiez à votre future carrière avant de démarrer ce module?
Quelles sont désormais vos impressions?

Qu'est-ce qui suscite en vous de l'intérêt lorsque vous pensez à de futures possibilités de carrières?

Qu'est-ce qui suscite en vous des préoccupations lorsque vous pensez à de futures possibilités de carrières?
Quelles mesures pouvez-vous envisager afin de surmonter ces préoccupations?

2

Flexibilité des carrières

Des études démontrent que les membres de la génération X occupent un emploi pendant 3,4 ans en moyenne. Les membres de la génération Y ont tendance à rester en poste pendant 2,7 ans seulement. On s'attend à ce que cette tendance de changement fréquent d'emploi ou de carrière se poursuive à mesure que la génération Z fera son entrée sur le marché du travail. Dans cette section, vous apprendrez la façon d'appliquer vos études postsecondaires, vos compétences, vos connaissances et vos capacités dans des secteurs de carrière au sein desquels vous n'auriez peut-être jamais envisagé de travailler auparavant.



ACTIVITÉ 1 - Compétences transférables

Que vous cherchiez à décrocher un poste ou à changer complètement de carrière, les compétences transférables sont plus importantes que jamais dans tous les secteurs et pour toutes les carrières. Les **compétences transférables** sont des capacités et des qualités qui peuvent être appliquées et utilisées dans de multiples environnements tels que le travail, le bénévolat et les activités liées aux loisirs. Ce sont des compétences que vous pouvez utiliser au sein de multiples environnements, quel que soit le travail ou le contexte spécifique concerné. Les compétences transférables sont souvent appelées «compétences non spécialisées»..

	Quelles sont ces compétences?	Voici quelques exemples :
Compétences non spécialisées	<ul style="list-style-type: none">• Difficiles à mesurer• Difficiles à définir• Polyvalence• Habitudes ou traits personnels qui façonnent votre façon de travailler de manière indépendante et avec les autres	<ul style="list-style-type: none">• Communication• Responsabilité• Résolution de problèmes• Organisation• Travail d'équipe
Compétences spécialisées	<ul style="list-style-type: none">• Mesurables• Faciles à définir• Spécifiques• Connaissances ou formation techniques	<ul style="list-style-type: none">• Codage• Analyse opérationnelle• Opérateur d'équipement agricole• Tenue des comptes

Selon le rapport Perspectives de l'OCDE sur les compétences 2021 : se former pour la vie publié par l'Organisation de coopération et de développement économiques, la pandémie de COVID-19 a certainement accru la nécessité pour les personnes d'acquérir des compétences qui renforcent leur résilience au changement. Les compétences transférables qui s'appliquent à un poste spécifique varient d'un poste à l'autre.



Le Forum économique mondial prévoit qu'au moins 54 % de tous les employés nécessiteront une rééducation et une mise à niveau professionnelle d'ici 2022 afin d'être en mesure de s'adapter à l'évolution des exigences liées au travail. Par conséquent, les carrières dans l'avenir exigeront que vous soyez capable d'apprendre rapidement, que vous soyez capable de vous adapter, que vous sachiez faire preuve de résilience et que vous tiriez parti d'un esprit entrepreneurial. Quel est le point commun de ces compétences? Il s'agit de compétences transférables!

La transformation des milieux de travail, des rôles et des différents secteurs d'activité était déjà en cours avant même le début de la pandémie de COVID-19. Selon le rapport d'enquête intitulé *Les jeunes et la COVID-19: impacts sur les emplois, l'éducation, les droits et le bien-être mental* publié par l'Organisation internationale du Travail en 2020, les jeunes âgés de 15 à 24 ans étaient environ trois fois plus susceptibles d'être au chômage que les personnes âgées de 25 ans et plus avant le début de la pandémie. On s'attend à ce que la pandémie de COVID-19 génère encore plus de défis pour ce groupe d'âge, alors que ses membres entament leur carrière.

Le Forum économique mondial fournit des précisions sur la façon dont les personnes qui cherchent à se lancer dans une carrière peuvent surmonter ces défis: l'adaptabilité et la possession de compétences qui leur permettent de s'adapter à de multiples contextes. Il s'agit essentiellement de compétences transférables.

L'entreprise mondiale de recrutement Michael Page a établi la liste suivante des meilleures compétences transférables en 2021.

- Adaptabilité
- Innovation
- Proactivité
- Travail d'équipe
- Résolution de problèmes
- Résilience
- Curiosité
- Intelligence émotionnelle
- Empathie

1. Prenez connaissance de la liste de compétences transférables ci-dessous. Indiquez votre niveau de confiance à l'égard de vos propres capacités pour chacune de ces compétences à l'aide de l'échelle suivante:

- **1** - Très confiant(e)
- **2** - Je dois encore y travailler
- **3** - Pas du tout confiant(e)

2. Identifiez un moyen par lequel ou un milieu au sein duquel vous pourriez renforcer ou améliorer chacune de ces compétences. Il peut s'agir d'études postsecondaires, d'un emploi, d'un travail bénévole ou d'autres activités parascolaires.

3. Indiquez une situation au cours de laquelle vous avez utilisé chacune de ces compétences. Cela peut être lié à vos études, au travail, au bénévolat, aux activités parascolaires ou à votre vie en général. Laissez l'espace vide si aucun exemple ne vous vient à l'esprit.

Compétences transférables	Note (de un à trois)	Comment ou dans quel milieu êtes-vous en mesure de renforcer ou d'améliorer ces compétences?	Indiquez un exemple de situation au cours de laquelle vous les avez utilisées.
Responsabilisation <i>Être disposé(e) à rendre compte des résultats de ses choix, de ses comportements et de ses actions.</i>			
Adaptabilité <i>Capacité à s'adapter à de nouvelles circonstances.</i>			
Collaboration <i>Travailler ensemble afin d'atteindre un objectif commun</i>			

Compétences transférables	Note (de un à trois)	Comment ou dans quel milieu êtes-vous en mesure de renforcer ou d'améliorer ces compétences?	Indiquez un exemple de situation au cours de laquelle vous les avez utilisées.
Communication <i>Transmettre des renseignements et partager des idées auprès des autres.</i>			
Résolution de conflits <i>Capacité à rechercher ou à aider les autres à rechercher des solutions aux problèmes qui conviennent à tous et à toutes.</i>			
Créativité <i>Faire preuve d'imagination et d'idées originales.</i>			
Esprit critique <i>Analyser, évaluer et apprécier les faits afin de porter des jugements.</i>			
Compétences interculturelles <i>Capacité à comprendre, à communiquer et à interagir efficacement avec des personnes de cultures différentes.</i>			
Curiosité <i>Désir de savoir et intérêt pour les choses.</i>			
Intelligence émotionnelle <i>Capacité à comprendre et à gérer ses émotions.</i>			
Empathie <i>Savoir se mettre à la place des autres.</i>			
Flexibilité <i>Être capable de s'adapter.</i>			
Initiative <i>Être débrouillard(e) sans toujours avoir à se faire dire ce qu'il faut faire.</i>			
Innovation <i>Créer, mettre au point ou utiliser de nouveaux produits, processus et services pour améliorer les choses.</i>			
Écouter <i>Capacité à recevoir et à comprendre avec précision les messages dans le cadre du processus de communication.</i>			

Compétences transférables	Note (de un à trois)	Comment ou dans quel milieu êtes-vous en mesure de renforcer ou d'améliorer ces compétences?	Indiquez un exemple de situation au cours de laquelle vous les avez utilisées.
Leadership <i>Capacité à guider, à motiver et à diriger les autres.</i>			
Multitâche <i>Capacité à gérer plusieurs responsabilités en se concentrant sur une tâche, tout en se tenant au courant de ce que font les autres.</i>			
Persuasion <i>Capacité à convaincre les autres.</i>			
Proactivité <i>Prévoir les problèmes avant qu'ils ne surviennent ou trouver de nouvelles possibilités avant que cela ne soit demandé.</i>			
Résolution des problèmes <i>Trouver des solutions à des problèmes difficiles ou complexes.</i>			
Résilience <i>Capacité à surmonter l'adversité et à rebondir après avoir vécu des situations ou des circonstances difficiles.</i>			
Responsabilité <i>Capacité à compter sur soi pour faire les choses correctement et à assumer ses responsabilités.</i>			
Self-direction <i>Making your own decisions and organizing your own work</i>			
Compétences sociales <i>Comprendre la façon de se comporter à l'occasion de rapports sociaux divers afin d'interagir et de communiquer avec les autres.</i>			
Réflexion stratégique <i>Processus de pensée intentionnel et logique axé sur l'analyse des faits et des variables qui influencent le succès à long terme.</i>			
Gestion du temps <i>Capacité à organiser et à planifier la répartition du temps entre diverses activités.</i>			



ACTIVITÉ 2 - envisager d'autres secteurs

Avec l'imprévisibilité et les perturbations causées par la pandémie de COVID-19 dans tous les secteurs de carrière, il n'a jamais été aussi difficile de prévoir ce que l'avenir réserve à la carrière de son choix. Avoir des idées et des plans de rechange en réserve peut s'avérer utile si vous décidez de changer de carrière ou de secteur de carrière.

« À l'ère de la volatilité, il n'y a pas d'autre moyen que de se réinventer. Le seul avantage à long terme que vous pouvez avoir sur les autres est l'agilité, c'est tout. Parce que rien d'autre n'est durable, tout ce que vous créez, quelqu'un d'autre peut le reproduire ».

— Jeff Bezos



Effectuer des changements dans votre carrière ne signifie pas que les connaissances et les compétences que vous avez acquises au cours de vos études postsecondaires ou les expériences que vous avez vécues seront perdues, bien au contraire! C'est dans ce contexte que nous évaluons nos compétences transférables. Il s'agit de repenser les compétences et les connaissances dont vous disposez déjà, puis d'examiner la façon dont ces mêmes compétences peuvent s'intégrer dans d'autres secteurs de carrière et de trouver les domaines dans lesquels elles s'harmonisent avec les postes classés dans ces mêmes secteurs.

1. Lisez le tableau des secteurs de carrière ci-dessous.
 - Surlignez en **jaune** le secteur au sein duquel vous travaillez ou prévoyez faire carrière.
 - Surlignez en **vert** les secteurs au sein desquels vous savez qu'il y a ou pensez qu'il pourrait y avoir des carrières qui correspondent à vos compétences transférables, vos objectifs de carrière, vos expériences et vos intérêts.
 - Surlignez en **rose** les secteurs au sein desquels vous savez ou pensez qu'aucune carrière ne correspond à vos compétences transférables, vos objectifs de carrière, vos expériences et vos intérêts.
2. Visitez le site Web Guichet-Emplois du gouvernement du Canada : <https://www.guichetemplois.gc.ca/accueil>
3. Saisissez le nom de l'un des secteurs de carrière que vous n'avez pas surlignés dans la section des professions. Ce site Web vous permettra d'en savoir davantage sur la classification de ces secteurs.
 - Un mot-clé devrait suffire pour faire apparaître une liste de carrières classées dans ces secteurs.
 - Faites défiler la liste des carrières. Sélectionnez les carrières qui vous semblent correspondre à vos compétences transférables, vos objectifs de carrière, vos expériences et vos intérêts et lisez les renseignements connexes.
4. Établissez une liste des carrières que vous pourriez envisager dans le cadre de votre « plan de rechange » ci-dessous. Vous pouvez effectuer d'autres recherches sur ces mêmes carrières à tout moment afin d'en savoir plus et de mieux déterminer dans quelle mesure elles correspondent à vos compétences transférables, vos objectifs de carrière, vos expériences et vos intérêts.
 - Gardez à l'esprit que vous n'avez pas besoin de modifier votre parcours professionnel pour accéder à ces choix. Gardez l'esprit ouvert, car vous pourriez être surpris(e) par ce que vous allez découvrir et apprendre!

Comptabilité et fiscalité	Publicité, marketing et relations publiques	Agriculture
Sciences animales et vétérinaires	Services bancaires et financiers	Sciences biologiques, chimiques et pharmaceutiques
Technologies biomédicales et technologies médicales	Gestion d'entreprise et ressources humaines	Organisme de bienfaisance et à but non lucratif
Services de bureau et d'administration	Construction, architecture et immobilier	Informatique et technologie de l'information et des communications
Arts créatifs et design	Éducation, enseignement et formation	Énergie et services publics
Ingénierie	Entrepreneuriat	Environnement et foresterie
Mode et beauté	Alimentation et boissons	Gouvernement et politique
Soins de santé	Histoire, culture et langues	Hôtellerie et gestion d'événements
Technologies de l'information	Assurance	Droit
Loisirs, sports et culture physique	Maritime, pêche et aquaculture	Industrie manufacturière
Médias, cinéma et édition	Musique et arts de la scène	Physique, mathématiques et sciences spatiales
Psychologie et services sociaux	Services et administration publics	Vente, commerce de détail et achats
Sécurité, défense et application de la loi	Métiers spécialisés	Transport et logistique
Voyages et tourisme	Autre :	

Carrières intéressantes dans le cadre de votre « plan de rechange »

Carrière	Secteur de carrière	Harmonisation des compétences

Carrière	Secteur de carrière	Harmonisation des compétences



Section 2 Réflexion

Ces questions vous permettront de réfléchir à ce que vous avez appris en complétant les activités de la section 2 de ce module d'exploration de carrière, ainsi qu'à ce que vous avez découvert sur vos compétences transférables et sur la façon d'appliquer celles-ci à des carrières dans d'autres secteurs de carrière.

Un rapport du Brookfield Institute intitulé Yesterday's Gone (Demain n'est plus) révèle qu'à la suite de la pandémie de COVID-19, les personnes réévaluent leurs priorités personnelles et économiques. Bon nombre d'entre elles le font en remettant en question leurs valeurs, leurs idées préconçues de longue date sur le travail et les carrières, et en repensant leur parcours de carrière. Le rapport mentionne également que les personnes peuvent se sentir plus heureuses grâce un nombre d'heures de travail réduit, des revenus moins élevés et un changement des normes de travail.



Qu'avez-vous appris ou réalisé au sujet de vos compétences transférables et de ces compétences en général?

.....

.....

.....

.....

.....

Votre réflexion sur votre future carrière a-t-elle évolué ou demeure-t-elle inchangée? Veuillez expliquer pourquoi.

.....

.....

.....

.....

.....

Avez-vous changé d'avis concernant les options de carrière dans des secteurs de carrière que vous n'aviez pas envisagés auparavant? Si c'est le cas, veuillez expliquer à quel niveau. Si ce n'est pas le cas, quelle en est selon vous la raison?

Souhaitez-vous en savoir plus sur certaines options de carrière présentes dans la liste de choix intéressants de votre « plan de rechange » (dans l'activité 2)? De quelle façon pensez-vous que vos compétences transférables peuvent s'appliquer? Si aucune de vos compétences transférables ne s'applique, comment pensez-vous que celles-ci pourraient vous aider dans des domaines de votre vie autres que votre future carrière?

Quelles sont les compétences transférables dont vous pensez avoir besoin ou que vous souhaitez continuer à renforcer tout au long de votre parcours professionnel? Quelles mesures pourriez-vous envisager afin de vous assurer que vous continuerez à renforcer ces compétences?



ENGAGEMENT PERSONNEL

Je soussigné(e) _____ (nom) m'engage par la présente à prendre les mesures suivantes afin de continuer à renforcer mes connaissances, ma compréhension, mes compétences et ma préparation en vue de la réussite future de ma carrière :

1. _____

2. _____

3. _____

Je promets de consacrer du temps à la préparation de ma carrière en me concentrant dessus chaque semaine. Voici comment je compte y parvenir :

J'ai conscience que je ne suis pas seul(e) dans ce parcours. Je peux communiquer avec les personnes suivantes pour obtenir de l'aide et du soutien lorsque j'en ai besoin :

1. _____
2. _____
3. _____

Je promets de consacrer mon parcours professionnel et mes futurs choix de carrière m'appartiennent. J'ai conscience qu'il existe de nombreux moyens d'atteindre mes objectifs et qu'aucun échéancier n'a été défini concernant mon parcours. Je promets d'honorer mon parcours et mes croyances et de faire preuve de souplesse avec moi-même tout au long de mon parcours.

Je m'engage à être ouvert(e) aux idées, aux conseils, aux commentaires et à la sagesse des adultes bienveillants présents dans ma vie. J'ai l'intention d'honorer et de respecter leurs expériences en leur nom. Je ferai de mon mieux pour garder à l'esprit que leur soutien part d'une intention bienveillante, d'un désir de me voir réussir et d'une volonté de m'aider.

(signature)

(date)



ACTIVITÉ 2 - Réseautage 101

Le réseautage est un outil très efficace en matière de développement de carrière et de réussite professionnelle. Disposer d'un réseau solide peut vous aider à rechercher des opportunités de carrière nouvelles et différentes, à vous mettre en contact avec d'autres personnes dans votre secteur et à soutenir votre développement personnel et professionnel. De solides compétences en réseautage peuvent vous faire gagner du temps et vous aider à faire avancer votre carrière ou à changer complètement de carrière.

« Le réseautage concerne davantage l'agriculture que la chasse ».

— Ivan Misner

Les recherches de Marissa King et Balázs Kovács pour la Harvard Business Review ont révélé que les réseaux professionnels et personnels se rétrécissent en raison de la pandémie de COVID-19. Aujourd'hui plus que jamais, il est essentiel de rester déterminé à maintenir des liens avec de simples connaissances.



Cependant, votre réseau n'évoluera pas et n'appuiera pas votre réussite professionnelle sans un travail de votre part.

Votre réseau peut et doit être composé d'une variété de personnes, y compris toute personne avec laquelle vous interagissez et qui pourrait éventuellement vous offrir une assistance et des conseils professionnels.

1. Créez une liste des personnes auxquelles vous pensez et qui font déjà partie de votre réseau. Prenez note de la façon dont ces personnes pourraient vous soutenir dans votre parcours professionnel.
 - Si votre réseau ne vous semble pas très « officiel », ce n'est pas grave. Au fur et à mesure que vous évoluerez et que vous interagirez avec votre réseau, celui-ci deviendra de plus en plus réel et utile.
 - N'oubliez pas de prendre en compte les membres de votre famille, vos amis, vos collègues, les personnes avec lesquelles vous avez établi un contact dans le cadre de programmes parascolaires, vos enseignants et vos professeurs, ainsi que les personnes que vous connaissez au sein de votre communauté.

Nom	Façon dont cette personne peut soutenir ma carrière

Il est utile de disposer d'un assortiment de différentes personnes au sein de votre réseau. Vos objectifs et vos besoins changeront à différents moments de votre carrière. Lorsque cela se produira, vous souhaiterez peut-être communiquer et entrer en contact avec des personnes bien précises qui pourront vous aider concernant certaines questions ou certains besoins.

2. Examinez l'un de vos objectifs de carrière actuels et votre liste ci-dessus. Identifiez les personnes qui seraient les mieux placées pour vous aider à atteindre cet objectif. Indiquez leur nom dans le tableau ci-dessous.
3. Quelles sont les personnes qu'il faudrait ajouter à votre réseau afin d'atteindre cet objectif? Indiquez vos idées dans le tableau ci-dessous.
 - Si vous ne connaissez personne en particulier, ce n'est pas grave. Déterminez tout ce que vous savez à propos de ce type de personne, comme son poste ou son secteur de carrière.

Objectif :

Qui pourrait m'aider parmi mes connaissances?	Quelles sont les personnes qui pourraient m'aider et que j'aimerais ajouter à mon réseau?

Développer et conserver votre réseau est une tâche permanente. Les personnes qui consacrent du temps et des efforts aux membres de leur réseau peuvent communiquer avec eux lorsqu'elles ont besoin d'aide et ont plus de chances d'obtenir le soutien qu'elles souhaitent. Conserver des relations agréables et cordiales avec votre réseau étendu fait toute la différence. Des courriels polis pour dire bonjour ou prendre contact pour aller boire un café, même virtuellement, sont des exemples d'idées simples qui vous permettront de vous assurer que vous disposez d'un solide réseau de soutien.

Il est tout aussi important de connaître ce que vous avez vous-même à offrir à votre réseau. Les réseaux efficaces nécessitent des concessions mutuelles, de sorte que la relation profite aux deux parties. Si vous avez quelque chose d'utile à offrir, il est plus probable que les autres seront prêts à vous aider.

4. Trouvez un moyen de consacrer du temps au réseautage dans votre emploi du temps de chaque semaine.
 - Plus vous êtes précis(e), plus vous aurez de chances d'aller jusqu'au bout. Définissez une tâche à accomplir et assurez-vous de vous y tenir de la manière qui vous convient. Il peut s'agir de communiquer avec un nouveau contact, d'envoyer un courriel à un contact actuel pour entretenir votre relation avec cette personne ou de rencontrer un contact pour prendre un café (en personne ou virtuellement).

Idées de réseautage

Pour de nombreuses personnes, le réseautage peut être intimidant et stressant. Voici quelques conseils simples à garder à l'esprit pour optimiser votre expérience en la matière.

- **Ayez un objectif en tête** - quels sont les objectifs que vous souhaitez atteindre et comment cette relation pourrait-elle vous permettre d'y parvenir?
- **Préparez-vous** - que vous assistiez à un événement à l'occasion duquel vous avez la possibilité d'établir de nouveaux contacts ou que vous rencontriez un contact en tête-à-tête, consacrez du temps à votre préparation. Envisagez des moyens efficaces de démarrer une conversation, connaissez ce qui vous intéresse et réfléchissez à la façon dont vous vous présenterez.
- **Concentrez-vous sur la qualité plutôt que sur la quantité** - gardez à l'esprit ce que vous pouvez apporter dans le cadre de la relation lorsque vous établissez un contact. Essayez de rendre ce contact aussi significatif et personnel que possible. Privilégier la qualité plutôt que la quantité dans votre réseau, surtout lorsque vous débutez, vous sera plus utile que d'avoir des centaines de contacts avec lesquels vous n'avez pas de relation de qualité.
- **Suivi** - si vous n'obtenez pas de réponse immédiate, ne paniquez pas! Tout le monde est occupé. Patientez pendant trois à cinq jours, puis faites un suivi. Soyez respectueux(se) des limites et évitez de « traquer » un contact potentiel.
- **Écoutez** - lorsque vous établissez un contact avec une nouvelle personne, soyez présent(e) dans la conversation et écoutez-la afin de la comprendre. Montrez un intérêt sincère et prenez le temps de mieux la connaître. Vous pourrez ainsi établir une relation plus solide et vous vous démarquerez des autres en vous montrant authentique et ouvert(e).
- **N'oubliez pas qu'il ne s'agit pas que de vous** - soyez prêt(e) à mettre vos contacts en relation les uns avec les autres et à proposer votre aide lorsque vous le pouvez. Cela permet non seulement de renforcer votre réseau, et cela montre à vos relations que vous souhaitez également que les autres réussissent.



ACTIVITÉ 3 - LinkedIn

LinkedIn est la plus grande plate-forme axée sur les affaires conçue spécifiquement pour le réseautage et à des fins professionnelles. C'est l'un des outils les plus efficaces qui existe pour vous aider à réseauter efficacement à grande échelle. En plus du réseautage, votre profil LinkedIn vous permet de présenter votre expérience et votre expertise à un public de professionnels. Contrairement aux comptes de médias sociaux personnels, LinkedIn vous représente d'un point de vue professionnel et doit donc être utilisé avec soin.

« La connexion élargit les possibilités - dans le travail et dans la vie - pour nous-mêmes ainsi que pour les autres »

— Adele Scheele



Il existe de nombreuses raisons de créer et de conserver un profil LinkedIn.

- Se faire connaître auprès des responsables du recrutement et des recruteurs.
 - Démontrer ses connaissances, son expertise et son expérience en matière de leadership.
 - Rechercher des carrières potentielles, de nouvelles possibilités, des affaires et des entreprises, des tendances et des innovations, des occasions d'apprentissage professionnel et des actualités liées aux carrières.
 - Rechercher des offres d'emploi et y répondre.
 - Amener les personnes qui ont vu vos compétences à l'œuvre à vous recommander ou à vous soutenir, en fournissant une preuve sociale de vos compétences et de vos talents.
 - Rejoindre des groupes de personnes partageant les mêmes idées, et ayant des carrières ou des intérêts professionnels et des objectifs qui permettront de renforcer votre réseau.
1. Regardez le webinaire de développement de carrières des 4-H du Canada, intitulé Création et mise à profit de son profil LinkedIn. Le webinaire est accessible au lien suivant: <https://4-h-canada.ca/fr/carrieres-en-croissance/webinaires>
 2. Identifiez au moins trois actions que vous pouvez entreprendre pour créer, mettre à jour et/ou améliorer votre profil LinkedIn. Indiquez la raison pour laquelle chacune de ces actions est importante et la façon dont elle peut soutenir vos futurs objectifs de carrière.

.....

.....

.....

.....

.....

3. Créez un plan pour mener à bien les actions identifiées ci-dessus.

Action	Plan



Section 3 Réflexion

Use these questions to reflect on your experience completing the activities in Section 3 of this career exploration module and what you've learned about networking and the importance of a LinkedIn profile.

« La recherche... a démontré que les employés qui passent 15 minutes à la fin de la journée à réfléchir sur les leçons apprises ont amélioré leur rendement à hauteur de 23 % après une période de 10 jours par rapport à ceux qui n'avaient pas consacré de temps à la réflexion ».

— Pourquoi vous devriez consacrer du temps à l'introspection (même si vous n'aimez pas le faire), *Harvard Business Review*



Qu'avez-vous appris ou réalisé sur le réseautage, LinkedIn et leur importance dans le cadre de votre parcours professionnel?

Votre réflexion sur votre future carrière a-t-elle évolué ou demeure-t-elle inchangée? Veuillez expliquer pourquoi.

Réfléchissez à vos opinions et à vos impressions sur le réseautage et le profil LinkedIn avant de terminer cette section du module. Vos opinions et vos impressions ont-elles changé? Si c'est le cas, expliquez de quelle façon et pourquoi. Si ce n'est pas le cas, quelle en est selon vous la raison?

Que se passera-t-il si vous avez encore des préoccupations ou des questions concernant le réseautage et l'utilisation de votre profil LinkedIn? Qui pourrait être en mesure de vous aider concernant ces questions ou de quelle façon pourriez-vous trouver des réponses à ces questions?

Comment pourriez-vous continuer à développer votre réseau et utiliser LinkedIn pour soutenir votre parcours de carrière?

Félicitations!

Vous avez terminé! Félicitations pour avoir terminé le module intitulé « Cultiver les possibilités de carrière », du programme Carrières en croissance.

Nous vous encourageons à partager ce que vous avez appris avec votre animateur de club, vos collègues et vos amis. Soutenez-vous les uns les autres tout au long de vos parcours individuels! Célébrez votre travail acharné ensemble.

Gardez à l'esprit que ce n'est pas fini. Ce n'est que le début de votre parcours. Le succès de ce parcours dépend de vous. Continuez à travailler sur votre plan, et à préparer et à renforcer les compétences et les connaissances dont vous avez besoin. Il s'agit de votre avenir et de votre parcours professionnel. Nous vous souhaitons bonne chance dans la poursuite des objectifs liés à ce même parcours.



Carrières en croissance

CERTIFICAT

Certificat de réussite

Ce certificat est remis à

pour l'achèvement du module d'exploration de carrières s'adressant aux jeunes de niveau postsecondaire et intitulé « Cultiver les possibilités de carrière », du programme Carrières en croissance.

Shannon Benner
Présidente-directrice générale
Les 4-H du Canada



Références

- Advani, Asheesh. « Three ways to prepare young people for the post-COVID jobs market », Forum économique mondial, 21 octobre 2020. <http://www.weforum.org/agenda/2020/10/3-ways-to-prepare-young-people-for-the-post-covid-jobs-market/>, consulté le 2 septembre 2021.
- Brookfield Institute. « Yesterday's Gone: Exploring possible futures of Canada's labour market in a post-COVID world », février 2021. https://brookfieldinstitute.ca/wp-content/uploads/Yesterdays-Gone_Final.pdf, consulté le 6 septembre 2021.
- Indeed. « The Importance of Networking in Business (Tips Included) », Indeed Career Guide, 10 décembre 2020. www.indeed.com/career-advice/career-development/networking-in-business, consulté le 3 septembre 2021.
- Organisation internationale du Travail. « Les jeunes et la COVID-19: impacts sur les emplois, l'éducation, les droits et le bien-être mental », 2020. https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_emp/documents/publication/wcms_753053.pdf, consulté le 2 septembre 2021.
- King, Marissa et Balázs Kovács. « We're Losing Touch With Our Networks », février 2021. <https://hbr.org/2021/02/research-were-losing-touch-with-our-networks>, consulté le 6 septembre 2021.
- Organisation de coopération et de développement économiques. « Perspectives de l'OCDE sur les compétences 2021: se former pour la vie », 2021. <https://doi.org/10.1787/0ae365b4-en>, consulté le 5 septembre 2021.
- Forum économique mondial. « This Is The New Skills Gap For Youth People In The Age of COVID-19 », octobre 2020. <http://www.weforum.org/agenda/2020/10/youth-employment-skills-gap-covid-19/>, consulté le 30 août 2021.

Apprendre en travaillant

4-H Canada
960 Carling Avenue, Building 106
Ottawa, ON K1A 0C6
1-844-759-1013
4-h-canada.ca

