



Du temps pour soi

L'auto-évaluation : une étape nécessaire à la recherche d'un emploi.
par Karen Fast

Pourquoi, lorsque nous cherchons du travail, omettons-nous toujours le plus important morceau du casse-tête – l'auto-évaluation? La plupart des gens veulent savoir tout de suite comment obtenir un emploi avant de s'arrêter à réfléchir sur la question Qui suis-je. Or, jamais cette dernière démarche n'aura été plus importante que maintenant. En effet, les employeurs veulent que vous leur présentiez, leur décriviez et leur vantiez vos talents. Prenez le temps d'effectuer une auto-évaluation en profondeur; vous constaterez que cela s'avérera des plus utiles pour votre recherche d'emploi. Pensez à vous, pour une fois. Soyez fier de vos réalisations, de vos talents, de vos valeurs, de vos intérêts, de vos capacités et de votre tempérament.

À quelle fréquence consacre-t-on vraiment du temps à soi? Voici une liste exploratoire qui vous sera utile :

- Développer l'estime de soi
- Valoriser ses réalisations
- Devenir concurrentiel sur le marché de l'emploi
- Vanter ses qualités
- Répertorier ses compétences, aptitudes et talents
- Définir ses lacunes à ce chapitre
- Effectuer un suivi de son cheminement
- Se préparer pour les entrevues descriptives et comportementales
- Défendre ses réalisations et sa formation

Souvent, les gens croient qu'ils n'ont rien à apporter à un nouveau milieu de travail, que leurs réalisations sont peu nombreuses et peu importantes. Après avoir effectué une auto-évaluation, ils acquièrent une nouvelle perception de leurs aptitudes, ce qui renforce leur estime de soi. En entrevue, nommer des compétences et des réalisations spécifiques impressionnera l'employeur potentiel. Et le fait d'être en mesure de démontrer de façon tangible en quoi vous pourriez constituer un atout pour l'entreprise pourrait même vous donner un avantage sur vos concurrents! Combien de fois vous a-t-on demandé de nommer vos forces et vos faiblesses en entrevue? Si vous avez pris le temps de faire l'inventaire de vos compétences, vous serez prêt à répondre à cette sempiternelle question. Autre raison pour effectuer cette auto-évaluation: elle permet d'analyser votre cheminement et de déterminer en quoi vous avez évolué, tant sur le plan personnel que sur le plan professionnel.

Du temps pour soi

Les entrevues descriptives et comportementales exigent au préalable une auto-évaluation en profondeur. En effet, dans ce type d'entrevue, on se fonde sur la performance passée pour avoir une idée de la performance future. Et la meilleure façon de décrire ses réalisations antérieures est d'en fournir des exemples détaillés. Peut-être le tableau suivant vous aidera-t-il dans votre réflexion :

Compétence	Stratégie	Résultats	Bénéfices	Documents
Marketing	analyse d'études	trois nouveaux produits	augmentation des ventes	Publicité
leadership	motivation d'une équipe	démarrage de projets	équipe motivée	propositions de projets

Comment fait-on pour procéder à son auto-évaluation? Il est bon de consulter une personne ou une entreprise possédant la formation ainsi que les outils d'évaluation professionnelle permettant de faire les liens, les recherches et les interprétations appropriées. Nous vous recommandons par exemple d'entreprendre votre démarche en consultant des centres d'emploi, des organismes à but non lucratif ou des agences gouvernementales ou des services de placement afin d'en savoir davantage sur la façon de procéder.

En plus d'une évaluation en bonne et due forme, peut-être voudrez-vous :

- ❖ visiter les nombreux sites de recherche d'emploi dans Internet, comme <http://www.worksearch.gc.ca/> OU <http://www.youth.gc.ca/>;
- ❖ consulter des amis et des parents afin qu'ils vous aident à déterminer vos compétences;
- ❖ surveiller les postes affichés dans le but de jauger votre niveau de compétence à la lumière des exigences des employeurs;
- ❖ vous assurer de connaître et d'utiliser la terminologie liée au domaine où vous faites ou avez l'intention de faire carrière;
- ❖ monter un dossier de vos compétences et de vos réussites;
- ❖ communiquer avec des associations professionnelles et leur demander si elles possèdent de la documentation sur les compétences recherchées dans leur industries.

Du temps pour soi

Il existe de nombreuses façons de prendre connaissance des compétences exigées dans les différentes industries. Assurez-vous, également, que vous allez vers des emplois qui vous conviennent et que vous apprécierez. En effet, combien de gens travaillent dans un domaine qui ne correspond pas à leur style, leurs intérêts ou leur tempérament?

Cette auto-évaluation détaillée prendra certes un peu de temps, mais facilitera le reste de vos recherches. Votre curriculum vitæ sera meilleur et vos stratégies d'entrevue plus fructueuses si vous vous appuyez sur un solide inventaire de vos compétences. Vous aurez ainsi une meilleure image de vous-même et de votre contribution au marché du travail en plus d'être en mesure de mieux vous mettre en valeur auprès d'employeurs éventuels.

Karen Fast est conseillère en emploi au bureau de place du collège Humber à Etobicoke, Ont.