Organisation internationale du Travail

Comment choisir mon futur métier ?

Guide pas-à-pas destiné aux chercheurs d'emploi





Un guide de la collection : « Construire mon avenir au travail »

Comment choisir mon futur métier ?

Guide pas-à-pas destiné aux chercheurs d'emploi



Copyright © Organisation internationale du Travail 2021

Première édition 2021

Les publications du Bureau international du Travail jouissent de la protection du droit d'auteur en vertu du protocole no 2, annexe à la Convention universelle pour la protection du droit d'auteur. Toutefois, de courts passages pourront être reproduits sans autorisation, à la condition que leur source soit dûment mentionnée. Toute demande d'autorisation de reproduction ou de traduction devra être envoyée à Publications du BIT (Droits et licences), Bureau international du Travail, CH-1211 Genève 22, Suisse, ou par courriel à rights@ilo.org. Ces demandes seront toujours les bienvenues.

Bibliothèques, institutions et autres utilisateurs enregistrés auprès d'un organisme de gestion des droits de reproduction ne peuvent faire des copies qu'en accord avec les conditions et droits qui leur ont été octroyés. Consultez le site www.ifrro.org afin de trouver l'organisme responsable de la gestion des droits de reproduction dans votre pays.

Comment choisir mon futur métier ? Guide pas-à-pas destiné aux chercheurs d'emploi

ISBN: 978-92-2-034793-5 (Print)

ISBN: 978-92-2-034794-2 (Web PDF)

Les désignations utilisées dans les publications du BIT, qui sont conformes à la pratique des Nations Unies, et la présentation des données qui y figurent n'impliquent de la part du Bureau international du Travail aucune prise de position quant au statut juridique de tel ou tel pays, zone ou territoire, ou de ses autorités, ni quant au tracé de ses frontières.

Les articles, études et autres textes signés n'engagent que leurs auteurs, et leur publication ne signifie pas que le Bureau international du Travail souscrit aux opinions qui y sont exprimées.

La mention ou la non-mention de telle ou telle entreprise ou de tel ou tel produit ou procédé commercial n'implique de la part du Bureau international du Travail aucune appréciation favorable ou défavorable.

Pour toute information sur les publications et les produits numériques du BIT, consultez le site Web www.ilo.org/publns.

Illustration de couverture: Charlotte Design

Imprimé en Suisse

Cette publication a été réalisée par le Service de production, impression et distribution des documents et publications (PRODOC) du BIT.

Création graphique, conception typographique, mise en page, impression, édition électronique et distribution.

PRODOC s'engage à utiliser du papier issu de forêts gérées dans le respect des principes d'écologie durable et de responsabilité sociale.

Code: CHD-REPRO-DISTR

Comment choisir mon futur métier ? Un guide pas-à-pas destiné aux chercheurs d'emploi

En 2015, l'Assemblée générale des Nations Unies a approuvé l'Agenda 2030 du développement durable. Le 8ème objectif de cet agenda concerne, entre autres, la mobilisation mondiale pour offrir à chacun un travail décent. Dans ce contexte, l'OIT a élaboré un Plan d'action international pour l'emploi des jeunes qui vise à mobiliser toutes les énergies pour permettre aux jeunes, filles et garçons, de se construire un avenir professionnel correspondant à leurs aspirations.

Ce guide fait partie de la « boîte à outils » des jeunes et de ceux qui les accompagnent, en particulier dans les services publics de l'emploi.

Il s'agit du premier guide "pas à pas" de la collection "Construire mon avenir au travail". Il sera suivi d'autres titres relatifs aux techniques de recherche d'emploi, aux informations sur les nouveaux métiers (emplois verts, emplois numériques) etc.

Si ce guide vise principalement à aider les jeunes femmes et hommes à choisir leur future profession, il ne s'adresse pas uniquement aux jeunes. Le choix d'une profession est une étape importante dans la transition de l'éducation vers le monde du travail et une décision importante. Mais la vie professionnelle s'étend sur plusieurs décennies et pendant cette longue période, nous pouvons tous être confrontés à des changements qui peuvent nous obliger à chercher un autre emploi ou une nouvelle profession. La compétence à s'orienter vers de tels changements est donc nécessaire à maîtriser par chacun de nous. Cela est encore plus important aujourd'hui avec un monde du travail en rapide évolution, du fait des changements démographiques, climatiques et technologiques. Certaines professions telles que nous les connaissons aujourd'hui disparaîtront probablement et de nouvelles pourraient être créées. Nous devons tous nous préparer à de tels changements et gérer ces évolutions dans nos carrières professionnelles en développant nos compétences, en continuant à apprendre tout au long de la vie et en étant conscient des nouvelles opportunités. Ce guide est donc important pour nous tous. Il aidera les jeunes femmes et hommes, ainsi que d'autres, à anticiper et à aborder les changements de manière proactive pour un avenir professionnel plus épanouissant tout au long de la vie.

Mme Sukti DASGUPTA

Cheffe de la branche Emploi, Marché du travail et Jeunesse
Organisation Internationale du Travail (OIT – Genève)

Au 21ème siècle, il devient de plus en plus rare d'exercer la même activité tout au long de sa vie professionnelle. Chacun d'entre nous aura à s'interroger, à plusieurs occasions de sa carrière, sur son avenir professionnel.

Choisir un nouveau métier peut être une réelle opportunité de vous épanouir dans votre vie professionnelle en identifiant l'activité qui vous conviendra le mieux, dans l'environnement qui est le vôtre. Il ne s'agit pas de faire des rêves insensés, mais de déterminer une profession réaliste et réalisable par rapport au marché de l'emploi, à vos goûts, vos capacités et vos contraintes.

Quel que soit votre âge, ce guide "pas-à-pas" vous sera utile. Il propose une méthode simple, adaptée à tous pays, pour élaborer votre projet professionnel en toute autonomie. Mais ce guide n'est pas un outil magique pouvant répondre instantanément aux questions que vous pourriez vous poser sur votre futur métier. Son utilisation nécessitera un réel travail sur vous-même, un investissement, plusieurs jours de réflexion et de recherches. Nous vous suggérons d'utiliser ce document comme un cahier personnel. Ecrivez directement dessus. Écrivez vos idées, vos pensées, vos décisions ...

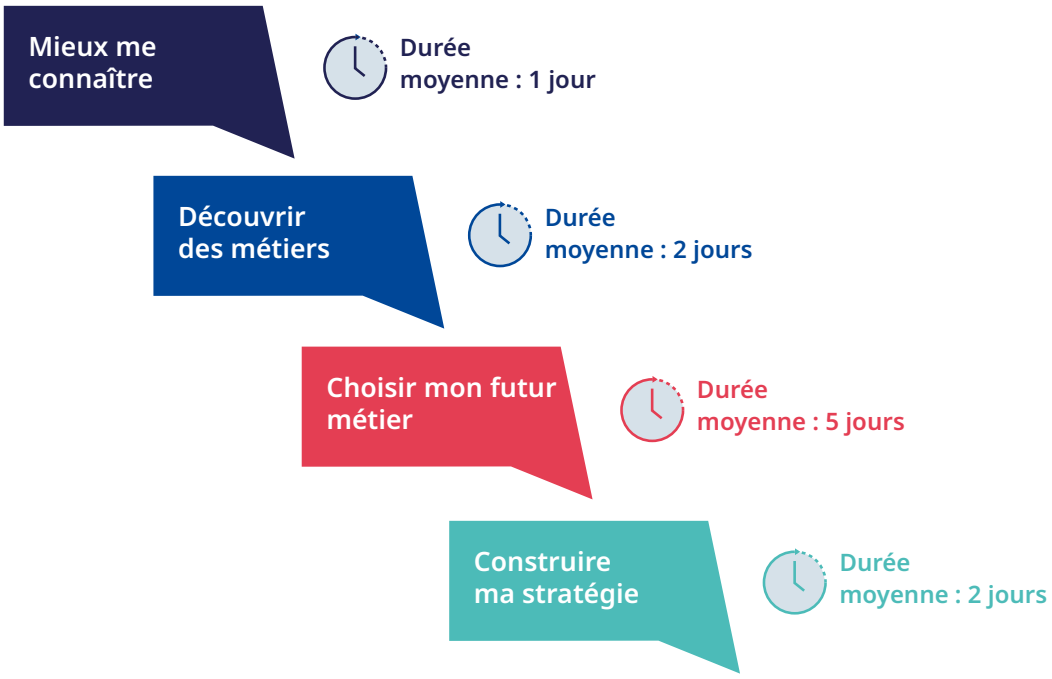
Enfin, choisir un métier n'est pas une activité solitaire. N'hésitez pas à demander les avis et les idées de vos amis et de votre famille. Par ailleurs, si vous êtes bloqué dans l'utilisation de ce guide ou dans votre réflexion, vous pouvez toujours demander conseil aux professionnels de l'emploi ou de l'orientation de votre ville. Les conseillers des services publics de l'emploi sont là pour vous accompagner. Ce guide leur est aussi destiné pour enrichir leur « boite à outils ».

Bonne chance dans la construction de votre avenir !

François DUMORA

Spécialiste des Services de l'Emploi
Référent Orientation Professionnelle
Organisation Internationale du Travail – GENEVE - 2021

Les 4 étapes du parcours :



Sommaire

Comment choisir mon futur métier ? Guide pas-à-pas destiné aux chercheurs d'emploi iii
Introduction iv

1 Mieux me connaître 1

1-1: Mes compétences techniques 2
1-2: Mes compétences sociales et transversales 3
1-3: Ce qui est important pour moi 5
1-4: Mes contraintes 6

2 Découvrir des métiers 7

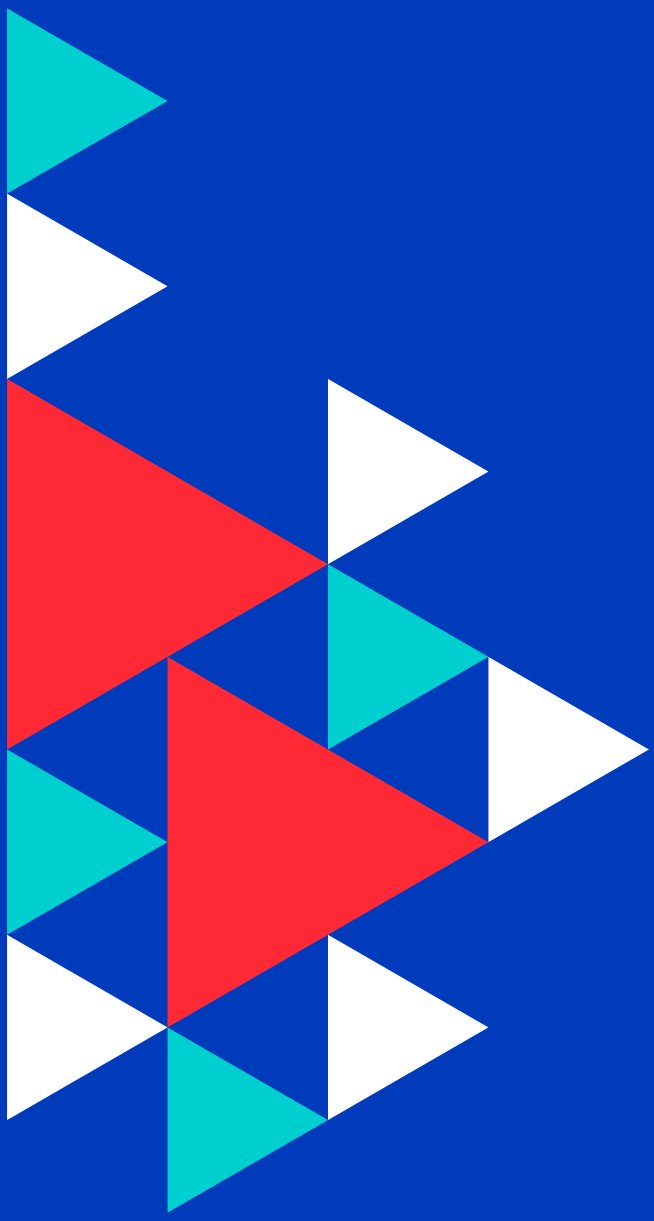
2-1: Idées de métiers issues de mon portrait professionnel 8
2-2: Idées de métiers issues des secteurs professionnels 9
2-3:Idées de métiers selon vos centres d'intérêt 10
2-4: L'Avenir du travail 11
2-5: Triez et hiérarchisez vos idées 12

3 Choisir mon futur métier 13

3-1: Recherches documentaires 14
3-2: Enquêtes auprès de professionnels 15
3-3: Le moment de décider 16

4 Construire ma stratégie 17

4-1: Les étapes du plan d'action 18
4-2: Formaliser le plan d'action 19
Félicitations ! 21



1 Mieux me connaître

J'apprends à identifier
ce qui m'intéresse,
mes points forts,
mes attentes,
mes compétences,
mes valeurs,
mes contraintes,
mes préférences
et priorités, d'un point
de vue professionnel



Architecte

1-1 : Mes compétences techniques

De quoi parlons nous ?

- Tout au long de notre vie, nous apprenons : à l'école, en formation, en entreprise, en famille ou avec des amis ... Nos expériences professionnelles sont des moments extrêmement important d'accélération des apprentissages qui viennent enrichir qui nous sommes. Vous allez ici essayer de lister toutes les compétences que vous avez su acquérir.
- Une compétence technique est l'expertise et la maîtrise d'une méthode ou l'utilisation de machines spécifiques de nature technologique, acquise dans un domaine spécialisé. Cette expertise est basée sur des connaissances théoriques, pratiques et techniques, ainsi que sur l'expérience.
- Si vous souhaitez aujourd'hui changer de métier, vous pensez peut-être sans intérêt de lister des acquis issus de vos anciennes expériences. Pourtant cela est essentiel, car de nombreuses compétences acquises sont transférables dans des métiers qui peuvent vous sembler très éloignés.

Exemples :

- Poser une fenêtre
- Acheter au meilleur prix
- Poser des extensions capilaires
- Lire une carte météo



Téléconsultant

Votre liste ...

1-2 : Mes compétences sociales et transversales

De quoi parlons-nous ?

- Les compétences sociales regroupent les aptitudes à communiquer et interagir de manière positive avec notre entourage (au travail, en famille ...)
- Les compétences transverses peuvent être utilisées quel que soit le secteur d'activité ou le métier. 14 compétences sont généralement identifiées (voir les définitions en page suivante) :

Capacité d'adaptation	Sens de l'organisation
Gestion du stress	Rigueur
Travail en équipe	Force de proposition
Capacité à fédérer	Curiosité
Sens de la communication	Détermination
Autonomie	Prendre du recul
Prise de décision	Réactivité

- **60 % des employeurs pensent que les compétences transversales sont plus importantes que les compétences techniques.**

Top 3 des compétences les plus recherchées :

- Sens de l'organisation et de la priorisation
- Capacité d'adaptation
- Autonomie

Exemples de compétences sociales :

- Négocier
- Argumenter
- Gérer les situations difficiles ...


Potière

Votre liste ...

Définition des compétences transveres

Capacité d'adaptation :

Capacité à s'adapter à des situations variées et à s'ajuster à des organisations, des collectifs de travail, des habitudes et des valeurs propres à l'entreprise

Gestion du stress :

Capacité à garder le contrôle de soi pour agir efficacement face à des situations irritantes, imprévues ou stressantes.

Travail en équipe :

Capacité à travailler et à se coordonner avec les autres au sein de l'entreprise en confiance et en transparence pour réaliser les objectifs fixes.

Capacité à fédérer :

Capacité à mobiliser une équipe / des interlocuteurs et à les entrainer dans la poursuite d'un objectif partagé

Sens de la communication :

Capacité à transmettre clairement des informations, échanger, écouter activement, recevoir des informations et messages et faire preuve d'ouverture d'esprit.

Autonomie :

Capacité à prendre en charge son activité sans devoir être encadré de façon continue.

Capacité de décision :

Capacité à faire des choix pour agir, à prendre en charge son activité et à rendre compte, sans devoir être encadré de façon continue.

Sens de l'organisation :

Capacité à planifier, prioriser, anticiper des actions en tenant compte des moyens, des ressources, des objectifs et du calendrier pour les réaliser.

Rigueur :

Capacité à réaliser des taches en suivant avec exactitude les règles, les procédures, les instructions qui ont été fournies sans réaliser d'erreur, et à transmettre des informations avec exactitude.

Force de proposition :

Capacité à initier, imaginer des propositions nouvelles pour résoudre les problèmes identifiés ou améliorer une situation. Etre proactif.

Curiosité :

Capacité à aller chercher au-delà de ce qui est donné à voir, à s'ouvrir sur la nouveauté et à investiguer pour comprendre et agir de façon appropriée.

Persévérance :

Capacité à maintenir son effort jusqu'à l'achèvement complet d'une tâche quels que soient les imprévus ou les obstacles de réalisation

Prise de recul :

Capacité à faire preuve d'objectivité, à prendre de la distance pour analyser les faits, les situations et les interactions avant d'agir ou de prendre une décision.

Réactivité :

Capacité à réagir rapidement face à des évènements et à des imprévus, en hierarchisant les actions, en fonction de leur degré d'urgence / d'importance.

▶ 1-3 : Ce qui est important pour moi

De quoi parlons-nous ?

Quelles sont les principales caractéristiques de vos préférences professionnelles? Le cadre idéal dans lequel vous imaginez travailler est une combinaison d'intérêts, de valeurs et d'environnement de travail.

▶ Quelques exemples pour accompagner votre réflexion et identifier vos préférences :

- ✓ Autonomie
- ✓ Statut
- ✓ Pouvoir
- ✓ Prestige
- ✓ Solidarité
- ✓ Securité
- ✓ Competition
- ✓ Rémuneration
- ✓ Liberté
- ✓ Indépendance
- ✓ Equipe
- ✓ Atmosphère
- ✓ Responsibilité
- ✓ Calme
- ✓ Diversité
- ✓ Temps libre
- ✓ Stimulation intellectuelle
- ✓ Equité
- ✓ Confiance
- ✓ Voyage
- ✓ Altruisme
- ✓ Promotion
- ✓ Sérieux
- ✓ Rigueur
- ✓ Créativité
- ✓ Exterieur
- ✓ Flexibilité
- ✓ Evolution
- ✓ Innovation
- ✓ Changement
- ✓ Stabilité
- ✓ Heures de travail
- ✓ Intensité
- ✓ Encadrement
- ✓ Accessibilité
- ✓ Accueil

Votre liste …

_____

_____

_____

_____

_____



Agent immobilier

▸ 1-4 : Mes contraintes

De quoi parlons nous ?

Avant de choisir un métier, il est indispensable d'identifier vos contraintes afin de les comparer aux conditions de travail des différents métiers envisagés. Il existe quatre catégories de contraintes : mobilité, santé, famille, horaires et jours de travail.

Horaires et jours de travail

- ❑ Je ne peux pas envisager de travailler la nuit
- ❑ Je ne peux pas envisager de travailler le soir
- ❑ Je ne peux pas envisager de travailler de jour
- ❑ Je ne peux pas envisager de travailler en équipe (3 x 8) avec des changements d'équipes
- ❑ Je ne peux pas envisager de travailler chaque samedi
- ❑ Je ne peux pas envisager de travailler chaque dimanche
- ❑ Je ne peux pas envisager de travailler un WE sur 2
- ❑ Je ne peux pas envisager de travailler chaque WE

Santé et posture de travail

- ❑ Je ne peux pas envisager de travailler debout toute la journée
- ❑ Je ne peux pas envisager de travailler debout plusieurs heures
- ❑ Je ne peux pas envisager de travailler assis toute la journée
- ❑ Je ne peux pas envisager de travailler assis plusieurs heures
- ❑ Je ne peux pas envisager de travailler en faisant des gestes répétitifs
- ❑ Je ne peux pas envisager de travailler sur écran
- ❑ Je ne peux pas envisager de porter des charges lourdes
- ❑ Je ne peux pas envisager de travailler en hauteur
- ❑ Je ne peux pas envisager de travailler dehors, dans le froid, ou sous la chaleur

Mobilité – possibilité de déménager

- ❑ Je ne peux pas envisager de travailler dans mon quartier
- ❑ Je ne peux pas envisager de travailler dans toute ma ville
- ❑ Je ne peux pas envisager de travailler dans un lieu éloigné de plus d'une heure de mon domicile
- ❑ Je ne peux pas envisager de travailler loin de mon domicile sans rentrer chaque soir
- ❑ Je ne peux pas envisager de déménager pour prendre un emploi
- ❑ Je ne peux pas envisager de travailler dans un autre pays
- ❑ Je n'ai aucun moyen de transport (personnel ou transport public)
- ❑ Je n'ai pas de permis de conduire

Famille – enfants et dépendants

- ❑ Je n'ai pas de solution pour amener mes enfants à l'école quand je suis au travail
- ❑ Je n'ai pas de solution pour faire garder mes enfants quand je suis au travail
- ❑ Si je m'occupe d'une personne dépendante à mon domicile (âgée ou handicapée), je n'ai pas de solution pour me remplacer quand je suis au travail

2 Découvrir des métiers

« Le monde du travail ne se limite pas aux quelques métiers que vous voyez autour de vous : dans votre famille, chez vos voisins, vos amis, dans les médias ou sur les réseaux sociaux …

« Ouvrez-vous des horizons ! Il existe plus de 530 types de métiers et plus de 10.000 appelations. Partez à leur découverte !



Acrobate

2-1 : Idées de métiers issues de mon portrait professionnel

De quoi parlons nous ?

- Les pages précédentes de ce guide vous ont accompagné pour dessiner votre portrait professionnel : compétences, valeurs, préférences, contraintes ...
- En vous inspirant de ce portrait, imaginez et notez toutes les idées de métier qui vous traversent la tête. Même si certaines idées vous paraissent absurdes ou irréalistes, n'en éliminez aucune. Notez-les toutes !
- Faites la même chose avec vos proches. Montrez votre portrait professionnel à plusieurs personnes de confiance, famille ou amis, et posez leur la question : « En lisant ce portrait, à quelles idées de métiers penses-tu ? Ne te limite pas. Dis mois tout ce qui te passe par la tête ».



Mécanicienne moto

Votre liste ...

2-2 : Idées de métiers issus des secteurs professionnels

De quoi parlons nous ?

- Les secteurs d'activité économique peuvent être classifiés par domaines spécifiques dont le nombre peut changer en fonction du niveau de détail choisi. Voici une liste de 32 domaines.
- A partir de cette liste, seul ou avec vos proches, notez des idées de métiers qui pourraient vous intéresser.

- ✓ Agriculture
- ✓ Agro-alimentaire
- ✓ Animaux (soin, élevage)
- ✓ Architecture - décoration
- ✓ Artisanat
- ✓ Banque - finance - assurance
- ✓ Biologie - chimie
- ✓ Construction
- ✓ Commerce - immobilier
- ✓ Communication - information
- ✓ Culture - spectacle
- ✓ Défense - sécurité - Secours
- ✓ Droit
- ✓ Edition – imprimerie - livre
- ✓ Informatique - électronique
- ✓ Education - formation
- ✓ Environement
- ✓ Management - audit – Ressources humaines
- ✓ Hotellerie - restauration - tourisme
- ✓ Humanitaire
- ✓ Industrie- materiaux
- ✓ Lettres – sciences humaines
- ✓ Mécanique - maintenance
- ✓ Numérique - multimédia - audiovisuel
- ✓ Santé
- ✓ Sciences - maths - physique
- ✓ Secretariat - accueil
- ✓ Social – Services à la personne
- ✓ Soins du corps - coiffure
- ✓ Sport - divertissement
- ✓ Transport et logistique
- ✓ Plateformes de services internet

Votre liste …

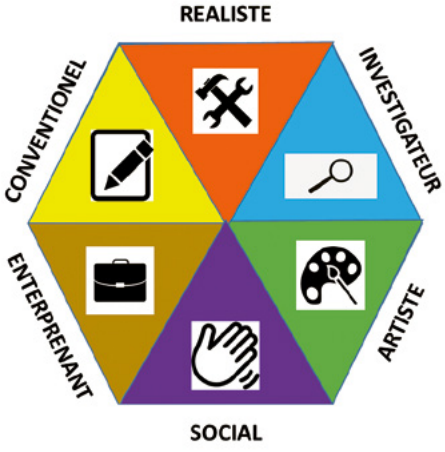
2-3 : Idées de métiers selon vos centres d'intérêt

Selon le psychologue Jean HOLLAND, l'intérêt motive la personne à s'investir afin d'éprouver un bien-être et de la satisfaction. Ses études montrent que chaque personne a des intérêts dominants liés à sa personnalité. Il a identifié 6 principaux types d'intérêts professionnels qui couvrent toutes les professions existantes.

Essayez d'identifier vos intérêts dominants sur la base des définitions ci-dessous. Vous y trouverez également des noms de métiers qui peuvent vous guider vers d'autres idées.

Typologie d'interêts	Définitions et idées de métiers
REALISTE	Sens pratique, simplicité. Est attiré par les activités concrètes, manuelles. Ex : conducteur de poids lourd, mécanicien agriculteur, métiers du bâtiment, tapissier, ébéniste, couturier, cuisinier, pêcheur, prothésiste dentaire ...
INVESTIGATEUR	Ouvert, curieux, a le goût de l'étude. Observe et expérimente pour comprendre. Ex : biologiste, ingénieur, géologue, assistant de laboratoire, bibliothécaire, informaticien
ARTISTE	Intuitif, original. Exprime ses émotions par le discours, les arts, l'écriture. Ex : Musicien, architecte d'intérieur, créateur de mode, artisan, photographe, coiffeur, tailleur, sculpteur ...
SOCIAL	Sensible aux problèmes des autres. S'attache à aider, éduquer, soigner. Ex : enseignant, soignant, éducateur, conseiller à l'emploi, pompier, entraineur sportif, formateur, travailleur social ...
ENTREPRENANT	Cherche à diriger ou influencer les autres. Energique et ambitieux. Ex : Chef d'entreprise, avocat, vendeur, créateur d'entreprise, chef d'équipe, cuisinier ...
CONVENTIONEL	Consciencieux, appliqué, aime l'ordre, le travail administratif. Ex : secrétaire, comptable, documentaliste, douanier, programmeur informatique, responsable ressources humaines ...

Votre liste ...



2-4 : L'Avenir du travail

De quoi parlons nous ?

- Pendant que vous cherchez des idées de métiers, nous vous suggérons d'intégrer à votre réflexion, les données sur l'Avenir du travail. Le monde de l'emploi change. Des métiers disparaissent, d'autres sont créés pour répondre aux évolutions de notre planète :
  - La croissance démographique dans les pays du Sud
  - Le vieillissement de la population dans les pays du Nord
  - Le réchauffement climatique
  - La raréfaction des ressources naturelles
  - La recherche d'énergies non polluantes et durables
  - La numérisation de tous les aspects de l'économie,,,
- Pour poursuivre vos réflexions sur des idées de métiers, nous vous suggérons de faire des recherches sur internet à propos des 4 secteurs majeurs présentés ci-dessous.

Economie numérique



Concepteur de sites internet

Economie bleue



Instructeur de plongée

Economie des services à la personne



Aide à la personne

Economie verte



Garde forestière

2-5 Triez et hiérarchisez vos idées

De quoi parlons-nous ?

- Rassemblez dans une seule liste toutes les professions auxquelles vous avez pensé
- Pour chacun des métiers listés, posez-vous la question de sa compatibilité avec votre portrait professionnel, notamment au regard de vos contraintes personnelles.
- Avec les professions restantes, établissez un classement de votre Top 5

Ma liste de métiers	Compatibilité avec mon portrait professionnel Oui / Non

Top 5

_____

_____

_____

_____

_____

3 Choisir mon futur métier

Toutes les professions ont des aspects positifs et négatifs. De l'extérieur, nous pouvons avoir tendance à les idéaliser ou, à l'inverse, à ne voir que leurs aspects négatifs. Il est donc essentiel d'enquêter sur chaque perspective d'emploi afin de faire des choix éclairés.

Recherches documentaires et enquêtes auprès des professionnels



Conductrice de grue

3-1 Recherches documentaires

De quoi parlons-nous ?

Les informations sur les métiers constituent une base documentaire plus ou moins riche selon les pays, cependant avec Internet, toutes ces sources dématérialisées sont partageables et accessibles à tous. Renseignez-vous auprès des services de l'emploi de votre pays pour accéder à ces informations localement.

Différentes sources d'information :

❏ **Répertoires des métiers et des emplois :** souvent réalisés par les ministères du travail ou par les services publics de l'emploi, ces catalogues répertorient les principaux métiers existants. Vous pouvez aussi consulter l'ISCO : la classification internationale des emplois, réalisée par l'OIT. https://www.ilo.org/public/english/bureau/stat/isco/isco88/major.htm

❏ **Fiches sectorielles :** Souvent produites par les organismes en charge de l'orientation professionnelle des scolaires, ces fiches décrivent les métiers par secteur, en mettant l'accent sur la formation initiale nécessaire pour y parvenir.

❏ **Informations sur le marché du travail :** Sites internet visant à présenter un état de l'offre et de la demande d'emploi pour chaque secteur ou métier selon les zones géographiques.

❏ **Sites d'offres d'emploi :** Publics ou privés, la consultation de ces sites vous permet d'avoir une vision immédiate et réelle du volume des offres d'emploi dans une profession dans le secteur géographique qui vous intéresse. Consulter les offres en cours permet de connaître les types de contrats proposés, les attentes des employeurs en termes de diplômes, de compétences et d'expérience, la rémunération offerte.

Quelles informations rechercher ?

- Formation demandée et pré-requis
- Situation du marché du travail
- Conditions de travail
- Principales activités
- Modalités de recrutement



Avocate

▶ 3-2 Enquêtes auprès de professionnels

De quoi parlons-nous ?

Les enquêtes auprès de professionnels sont indispensables. C'est le seul moyen qui vous permettra d'être confronté aux réalités du métier afin de faire des choix pertinents. L'idéal est de rencontrer 2 ou 3 professionnels pour chaque métier envisagé. Vous pouvez penser que cela va vous prendre beaucoup de temps : c'est vrai. Mais ce sont des échanges extrêmement riches pour réussir dans le choix de votre métier. Ce temps d'investigation sera un excellent investissement !

Quelles questions poser ?

- Pouvez-vous me décrire une journée de travail ? Quelles sont vos principales activités?
- Vos conditions de travail ? (rythmes, horaires ...)
- Que préférez-vous dans votre travail ?
- Qu'est-ce qui vous plait le moins ?
- Quelles compétences et quels savoirs sont nécessaires pour ce métier ?
- Quels conseils donneriez-vous à une personne qui veut se diriger vers ce métier aujourd'hui ?
- Pourriez-vous m'orienter vers des collègues qui seraient également d'accord pour répondre à mes questions ?



Cuisinier

▸ 3-3 : Le moment de décider

De quoi parlons-nous ?

Après avoir réalisé votre portrait professionnel, découvert des métiers, enquêté sur ces professions, vous disposez de tous les éléments pour faire votre choix. Il s'agit de déterminer le métier qui correspondra le mieux à votre profil, à votre environnement et à vos aspirations. Voici un tableau d'aide à la décision.

Ce métier est-il compatible avec : OUI / NON	M1	M2	M3	M4	M5
Titre d'emploi					
Mon niveau d'éducation. J'ai un niveau suffisant pour intégrer la formation ?					
Mes savoirs et mes compétences ?					
Mes valeurs : ...					
Mes intérêts : ...					
Mes préférences : ...					
Mes contraintes : ...					
Le marché du travail pour ce métier est : favorable / moyen / difficile					
Salaire moyen pour ce métier					
Mon classement final					



Physiotherapeute

4 Construire ma stratégie

Après une réflexion approfondie, des recherches et un travail de priorisation, vous venez d'identifier votre futur métier. Il constitue votre projet professionnel.

Nous vous prodiguons ici des conseils pour concrétiser votre projet, c'est-à-dire, exercer le métier de votre choix dans un futur proche.



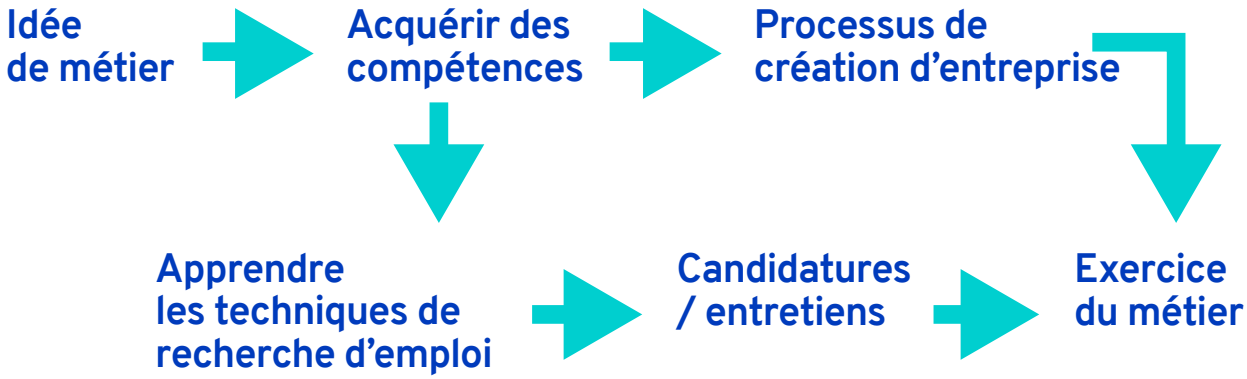
▸ 4-1 : Les étapes du plan d'action

De quoi parlons-nous ?

Selon le métier que vous avez choisi, les actions à mener peuvent prendre deux directions différentes :

- Soit il s'agit de créer votre propre activité en tant qu'entrepreneur : dans ce cas, des organismes et des guides existent pour vous accompagner dans les étapes de la création d'entreprise.
- Soit vous visez un emploi salarié : alors, vous devez élaborer votre stratégie de recherche d'emploi.

Avant cela, puisqu'il s'agit d'un nouveau métier pour vous, il sera probablement nécessaire d'acquérir de nouvelles compétences en suivant une formation.



Utilisez le tableau sur la page suivante pour formaliser les étapes de votre plan d'action et suivez-le.



Sapeur-pompier

4-2 : Formaliser le plan d'action

Actions	Echéance	Avec qui, où, comment ?	Réalisé ?	
			O/N	Action corrective
Présenter mon projet à mon entourage				
Présenter mon projet aux personnes et organisations qui peuvent me conseiller et m'aider				
Identifier les compétences qu'il me manque				
Construire mon projet de formation (* conseils en page suivante)				
Trouver des financements pour ma formation				
Suivre ma formation et obtenir mon diplôme				
Préparer un CV adapté à mon nouveau métier				
Cibler les entreprises et établir ma stratégie de recherche d'emploi				
Lever les obstacles éventuels				
Faire des candidatures spontanées				
Utiliser les réseaux sociaux				
Se préparer aux entretiens d'embauche				
Préparer mon arrivée dans l'entreprise et mes premiers jours à mon nouveau poste				

4-21 / Mon projet de formation



▶ Ais je besoin d'un diplôme ou d'un titre professionnel pour exercer mon futur métier ?

❑ **OUI**

❑ **NON**

▶ Quelles compétences me manque t'il pour exercer mon futur métier ?

❑ ,

❑ ,

❑ ,

▶ J'identifie plusieurs solutions de formation :

❑ **En alternance**

❑ **En centre de formation**

❑ **A distance, ...**

▶ J'identifie et je contacte plusieurs organismes de formation :

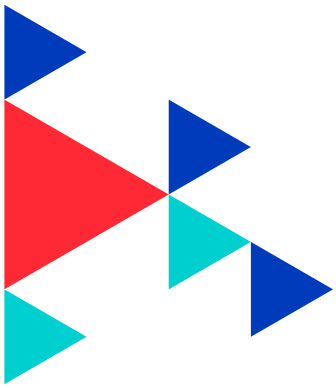
	Centre de formation N°1	Centre de formation N°2	Centre de formation N°3
Nom du centre			
Intitulé de la formation			
Type de validation ou de diplôme			
Lieu ou ville			
Durée			
Date de démarrage			
Modalités de sélection			
Coût de la formation			
Solutions de financement			

Sachez qu'il existe des plateformes de formation gratuites sur Internet. Exemples : coursera.org

Félicitations !

Vous avez suivi les 4 étapes nécessaires pour choisir votre futur métier et ainsi vous avez défini votre projet professionnel.

Vous entrez maintenant dans la phase de mise en œuvre. Cette étape sera plus ou moins longue selon votre projet. Notre dernier conseil : ne restez pas seul. Plusieurs organisations existent dans votre environnement pour vous conseiller et vous guider. Demandez également conseil et soutien aux personnes de votre entourage.



Dans votre vie professionnelle, il est très important de créer et de maintenir un réseau. Le réseautage peut avoir une image négative qui fait croire aux gens qu'ils utilisent le favoritisme. Cependant, le réseautage est essentiel pour rester informé de l'évolution de votre secteur et suivre le rythme du monde du travail.

L'approche que vous venez de mettre en œuvre peut être reproduite aussi souvent que nécessaire. A d'autres moments de votre carrière, vous pourrez la mobiliser à nouveau, en actualisant votre portrait et en élargissant votre recherche.

Autres sources en français, à consulter pour choisir votre métier :

- ✓ “Explorateur des métiers” du site Orientation.ch (Suisse)
  https://www.orientation.ch/dyn/show/2604
- ✓ Liste des métiers par secteur du CIDJ (France)
  https://www.cidj.com/metiers/metiers-par-secteur/agriculture
- ✓ Questionnaires et tests d’orientation par les guichets emploi (Canada) :
  https://www.guichetemplois.gc.ca/planification-carriere/questionnaires
- ✓ L’emploi store. Portail créé par Pôle emploi (France) regroupant les principaux sites et applications en matière d’orientation et de recherche d’emploi :
  https://www.emploi-store.fr/portail/centredinteret/choisirunmetier



Eleveur bovin

Merci à toutes les personnes qui ont contribué à la réalisation de ce guide et en particulier à :

- A l’OIT :
  - Khaled AL-QUDAJ, du bureau de Beyrouth
  - Pedro MORENO DA FONSECA, du département COMPETENCES
  - Michael MWASIKAKATA, Chef de l’unité SERVICES
  - Felix WEIDENKAFF, du bureau de Bangkok
  - Lena YAN XINYU, de l’unité JEUNESSE
- A Pôle emploi :
  - Jeannine ADONIS, de la région Guyane
  - Reine CHATENAY, Directrice d’agence, de la région Guyane
  - Stéphane MATHIS, de la Direction Générale à Paris

Qu'est ce que l'OIT ?

L'Organisation Internationale du Travail est la première agence spécialisée de l'Organisation des Nations Unies (ONU).

L'OIT rassemble des représentants de gouvernements, d'employeurs et de travailleurs de 187 États membres pour établir des normes internationales, élaborer des politiques et concevoir des programmes visant à faire progresser la justice sociale et à promouvoir un travail décent pour toutes les femmes et tous les hommes dans le monde.

La vie professionnelle prend rarement la forme d'un chemin droit et sans embûche. Passer de l'école au travail constitue souvent une première étape complexe. Puis réussir à garder un emploi tout au long de sa vie s'avère souvent difficile du fait de l'environnement économique, de l'évolution des métiers ou de ses propres aspirations. La vie est faite de transitions qu'il faut savoir gérer.

Les changements sur le marché du travail s'accélèrent :

✓ nombreux métiers connaissent des transformations liées à la numérisation

✓ D'autres professions disparaissent ou se délocalisent en raison de la mondialisation

✓ De nouvelles professions se créent pour faire face aux défis du changement climatique, à la nécessité d'une économie décarbonnée ou à l'évolution des modes de vie.

Dans son rapport sur l'avenir du travail de 2019, l'OIT appelle à « investir davantage dans les institutions, les politiques et les stratégies qui soutiendront les personnes dans leurs futures transitions professionnelles ».

Chaque citoyen de la planète doit pouvoir s'orienter et se former tout au long de sa vie pour ne pas subir les évolutions de son environnement, mais au contraire pour les saisir comme des opportunités.

« Accompagner les individus dans ces transitions élargira leurs choix et leur procurera la sécurité nécessaire pour faire face au changement. Cela leur permettra de façonner leur vie professionnelle. »

Ce guide constitue une concrétisation des orientations de l'OIT sur l'accompagnement des transitions.





ISBN 978-92-2-034793-5