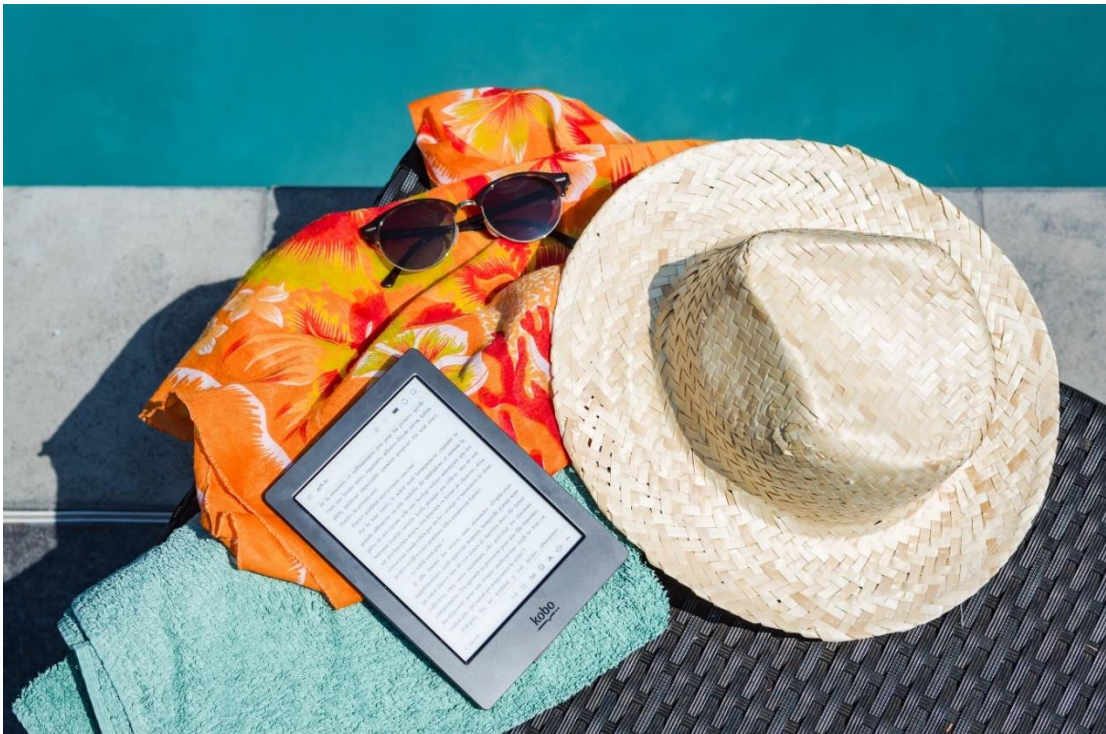


4 FAÇONS D'APPRENDRE À TE CONNAÎTRE DURANT L'ÉTÉ



TRAVAILLER

Un emploi durant la saison estivale peut t'apporter plusieurs avantages :

- Apprendre à te connaître;
 - Découvrir le monde du travail et ses exigences;
 - Développer ton sens des responsabilités et ton organisation;
 - Acquérir de nouvelles connaissances et compétences;
 - Avoir une plus grande autonomie financière;
 - Augmenter ta confiance et ton estime de toi.
-

Il est parfois plus facile d'apprendre à te connaître dans l'action. Les expériences de travail peuvent t'aider concrètement à déterminer ce que tu aimes et ce qui te rend heureux (se) au travail, comme les tâches, l'ambiance de travail, les horaires et le salaire. De plus, les rétroactions de tes collègues de travail et de ton employeur peuvent t'aider à connaître tes points forts et tes points à améliorer. Aussi, ton milieu de travail peut t'amener à découvrir des possibilités de carrière que tu ne connaissais pas.

Si tu as une idée de ce que tu veux faire plus tard, l'emploi d'été constitue une très bonne façon de vérifier si le domaine que tu vises est réellement pour toi. Par exemple, si tu t'intéresses à l'enseignement au primaire, il est possible de travailler comme animateur (trice) dans un camp de jour. Cela te permettra de voir si ton intérêt est toujours aussi présent et si tu possèdes les qualités requises pour envisager une carrière dans ce domaine.



- As-tu envie de travailler cet été ? Si oui, quel est le type d'emploi que tu vises et pourquoi? Cet emploi est-il en lien avec ce que tu veux faire plus tard ?
- Suite à ton expérience, quels sont les aspects que tu as aimés de ce travail ? Quels sont les éléments que tu as moins appréciés ?
- Quelles sont les compétences que tu as pu développer grâce à cet emploi?
- Quels sont les qualités et talents que tu as pu mettre à profit dans cet emploi? Quels sont les points que tu devrais améliorer?
- En général, qu'est-ce que cette expérience de travail t'apprend sur toi?
- As-tu découvert des nouvelles carrières intéressantes ? Si oui, lesquelles ?

VOYAGER

Les voyages sont une excellente occasion de :

- T'ouvrir aux autres et au monde;
- Augmenter ta culture générale;
- Faire face à des situations nouvelles, gérer des imprévus;
- Vivre des sensations fortes;
- Créer des souvenirs heureux;
- Apprendre des nouvelles langues.



- As-tu l'intention de voyager cet été ? Si oui, à quel endroit et avec qui ?
- Qu'as-tu hâte de découvrir durant ton voyage ?
- Suite à ton expérience, quels sont meilleurs moments de ton voyage ?
- Qu'as-tu pu apprendre ou développer grâce à ce voyage?

-
- En général, qu'est-ce que cette expérience t'apprend sur toi?
 - Quel serait le voyage de rêve pour toi ?
 - Aimerais-tu exercer une carrière qui t'amène à voyager ?

T'IMPLIQUER DANS UNE ACTIVITÉ

Une activité de sport ou de loisirs te permet de :

- Découvrir et développer tes talents et tes aptitudes;
- Socialiser et te faire des nouveaux amis en lien avec tes champs d'intérêts;
- Favoriser une bonne santé physique et psychologique;
- Te sentir valorisé (e) par tes réalisations personnelles.



- Est-ce que j'ai le goût de m'impliquer dans une activité durant la saison estivale ? Si oui, laquelle ?
- Que m'apporte cette activité ?
- Quels sont les talents ou aptitudes que je peux développer grâce à cette activité?
- Quelles sont les réalisations dont je suis fier (ère) ?
- Cette activité pourrait-elle être reliée à une possible carrière ?

FAIRE DU BÉNÉVOLAT

Être bénévole, c'est :

- Faire partie d'un groupe de personnes enthousiastes;
- Participer à la réussite de projets communs;
- Aider des personnes dans le besoin;
- Développer des compétences dans un contexte autre qu'un emploi rémunéré;
- Avoir un impact sur la société.

Il peut être très valorisant de contribuer à une cause qui te tient à cœur. De plus, le bénévolat te permet d'acquérir des compétences sans avoir nécessairement la pression reliée à un emploi rémunéré. C'est l'occasion d'avoir du plaisir tout en te sentant utile. Le bénévolat, c'est aussi une belle occasion de valider un objectif professionnel. Quels que soient tes intérêts, il y a quelqu'un qui a besoin de toi!



- Quel est le type de bénévolat qui t'intéresse ? Pour en savoir plus, visite le site de la Fédération des Centres d'action bénévole du Québec : <https://www.fcabq.org/>

-
- Suite à ton expérience, qu'as-tu pu apprendre et/ou développer grâce à cette expérience?
 - Qu'est-ce qui te rend le plus fier (ière) de toi?
 - En général, qu'est-ce que cette expérience t'apprend sur toi?
 - Est-ce que cette expérience de bénévolat a pu éclairer tes questionnements de carrière ?

L'ÉTÉ, C'EST FAIT POUR JOUER !

Peu importe tes projets durant la saison estivale, l'important est d'apprendre à te découvrir dans le plaisir.

L'été, c'est aussi l'occasion de décrocher, relaxer, socialiser, bref, faire le plein d'énergie pour revenir en force à la session prochaine.

L'équipe des conseillères d'orientation te souhaite un merveilleux été, rempli d'expériences enrichissantes et inspirantes !

Références :

<https://oiseaurose.com/les-avantages-et-les-bienfaits-du-voyage/>

<https://www.lactuel.org/benevolat/bienfaits-du-benevolat/>