

Comment savoir dans quel domaine se reconvertir ?

LE TEST D'ORIENTATION STRONG®



Comment se reconvertir quand on ne sait pas quoi faire ?

❌ **Déjà, stop aux bilans de compétences.** Il n'y a pas d'intérêt. Au lieu de faire un bilan dans ce que tu sais faire, **fais un bilan dans ce que tu AIMES faire. Vas dans ce que tu aimes faire, cela va créer la compétence.**

Ils n'avaient pas la compétence ... André Roberti, David Laroche, François Lemay, des timides maladifs, qui n'avaient pas la compétence pour être conférencier, mais ils avaient une chose : l'envie.

Exercices d'autoévaluations pour sa reconversion professionnelle et découvrir ses talents

Parce que tu te sentiras à ta place, dans ce qui t'intéresse, aimeras faire ce que tu fais dans un environnement qui te correspond, tu y trouveras alors du sens, et de la satisfaction. C'est à partir de "ton pourquoi", que tu débloqueras les ressources nécessaires pour entreprendre, et dépasser doutes, peurs et incertitudes.

Avec les années, on a peut-être mis de côté certains domaines qui nous plaisaient tant. Nous avons préféré répondre aux attentes de la société et de son entourage (mon cas) ; par peur de l'échec, du regard des autres, par manque de confiance en soi... Néanmoins ils sont là, prêts à être réveillés.

➡ **Qu'aimais-tu faire enfant, de quoi être dans le *flow* et tout oublier autour de toi ?** Perso, c'étaient les moments de créativité (dessiner, danser), et cette liberté de courir dans les champs, à ramasser des fleurs en compagnie de ma chienne.

➡ **Quels étaient tes rêves, tes envies, entre l'adolescence et l'âge adulte? Comment s'est déroulé cette partie de ta vie ?** Cette période où un monde de possibilité s'offre à nous.

Partage perso : Moi par exemple, l'univers du marketing, du droit, de l'informatique, l'entrepreneuriat, de la créativité, du développement personnel, et de l'innovation m'ont toujours attirée. J'ai envisagé de faire du droit des affaires, le métier d'enseignante marketing et d'architecte d'intérieur. J'ai tenté le concours d'assistante sociale, puis j'ai souhaité monter ma propre entreprise en quête d'être libre et indépendante. Mais une fois entrée à la vie active, je me suis rangée au salariat. L'ennui du métro-boulot-dodo (et on appelle ça la vie active 🙄).

D'un point de vue perso, depuis mon enfance j'ai appris à me construire seule. En filigrane de mon parcours l'idée d'*apprendre à veiller sur ses propres intérêts. Personne d'autre ne le fera* revient. Que je résume dans cette formule suivante :

Défendre ses intérêts + Autoassistance = Responsabilité de soi

Puis j'ai découvert la joie de vivre des road trip improvisés. Des moments de flow, où je me sentais juste bien, libre, confiante, et heureuse.

➡ **J'ai une autre question pour toi...** si tu gagnes un milliard au loto que faites-tu ? Pour ma part, l'argent est un moyen. Moyen de soutenir ma qualité de vie (pouvoir voyager, me loger, me nourrir sans devoir compter chaque euro à la fin du mois), et moyen pour réinvestir dans la création d'autres projets.

Si tu veux gagner : prends d'abord un ticket.

Si tu te reconnais dans l'une de ces situations :

- Tu fixes le cadran de l'horloge en espérant que cela défile vite
- Tu rythmes tes journées par de courtes pauses et à répétition à la machine à café (de quoi ne pas trop éveiller les soupçons),
- Tu cherches à comment occuper ta journée (travail perso pour toi, tes collègues...) tout en remplissant a minima ton job (vu ton salaire, il ne faut pas déconner tout de même!)
- Tu te sens fatigué de ne rien faire
- Tu traines des pieds chaque matin pour te rendre au taf (et en plus il faut supporter ce collègue, ce chef lunatique insupportable..)
- La routine du métro-boulot-dodo t'éteint progressivement
- Tu trouves débile d'attendre la retraite pour profiter de la vie
- Tu sens que tu n'es pas à ta place, que tu n'exploites pas tous tes talents, et que tu pourrais te diriger vers un bore-out, burn out, si cela perdure
- ...

Alors lis la suite de l'article sur le test Strong. Il peut t'aider à mieux connaître tes préférences, ce qui t'intéresse, comment... pour trouver une voie professionnelles qui fait sens.

C'est à la suite de mon burn out, que j'ai cherché un **travail pour me reconvertir**. J'ai réalisé le test Strong pour m'aider à **faire un bilan de ce que j'aime faire**. Un outil d'autoassistance utile pour **se reconvertir quand on ne sait pas quoi faire**.

Le Test Strong pour sa reconversion professionnelle et découvrir ses talents

Le questionnaire Strong® est l'un des outils de référence en matière d'orientation pour **savoir dans quel domaine se reconvertir**. Il n'évalue non pas les compétences mais les intérêts de la personne. Partant du postulat que son appétence pour un domaine particulier nourrira sa motivation, et son autodétermination à développer certaines compétences. À l'inverse, je peux être compétent pour un domaine et le trouver sans intérêt. Je peux être doué pour manier les chiffres, ce n'est pas pour autant que je vais ambitionner à être expert comptable.

Contrairement à un bilan de compétences, le **test Strong** ne nécessitera pas que tu bloques 24h d'accompagnement réparties sur 12 semaines. Surtout si tu envisages une **reconversion professionnelle** alors que **tu es en CDI**. Il offre des résultats simples, rapides et efficaces.



Les autoévaluations et la passation du questionnaire peuvent à eux seuls t'insuffler prises de conscience, inspirations, déclics, et passage à l'action.

Dresser l'inventaire de ses intérêts professionnels. Il est d'abord question d'**identifier sa ou ses 3 familles de coeur parmi les 6 domaines RIASEC.**

Un modèle définit par *John Holland*, psychologue américain pour qui, chaque individu recherche une profession qui correspond à sa personnalité. Il a ainsi répertorié six familles : Réaliste, Investigateur, Artistique, Social, Entreprenant, Conventionnel (R.I.A.S.E.C). Chacun de nous a des intérêts plus ou moins marqués pour chaque famille. Avec un duo ou trio de tête qui donne une indication sur les univers pro qui pourraient nous attirer.

➡ **Réaliste** : qui concerne les personnes attirées par des métiers tournés vers le concret, le technique et qui apprécie activités extérieures. Elles ont le sens pratique et le bon sens.

➡ **Investigateur** : on retrouve là des personnes qui aiment comprendre comment ça marche, penser par soi-même, résoudre des énigmes, avec une certaine indépendance d'esprit, qui privilégient des activités d'observation et d'analyse, Elles ont le goût pour le savoir et la curiosité.

➡ **Artistique** : personnes tournées vers l'expression personnelle, la créativité, les idées, la liberté personnelle, qui aiment faire à leur façon. Elles sont du genre non conformiste. Sensible. Indépendante. Ont le goût de l'originalité et le sens esthétique.

➡ **Social** : personnes tournées vers les gens, le sentiment d'utilité aux autres (aider, former, expliquer, encourager...). Elles ont le sens de l'empathie, l'écoute, du service, la collaboration.

➡ **Entreprenant** : personnes qui aiment promouvoir des idées, vendre, persuader, diriger, encadrer des projets, motiver les autres. Elles apprécient d'occuper une place de leadership, elles ont de l'ambition et le sens de l'organisation.

➡ **Conventionnel** : personnes orientées organisation, process, finance, qui aiment planifier, et traiter des données. Elles sont méthodiques, ont le sens du détail, de l'efficacité et de la précision.

Après la lecture des différents profils, spontanément :

Quels sont les types dont tu te sens proche ?

Quels sont les types dont tu te sens moins proche ?

À ton avis, à quels types correspond ton job actuel ?

**Note tes Domaines Professionnels Généraux (DPG)
par ordre de préférence**

1. :

.....

2. :

.....

3. :

.....

4. :

.....

5. :

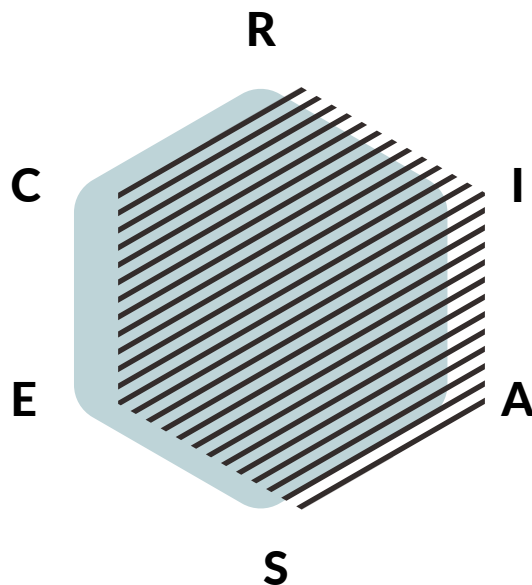
.....

6. :

.....

Les domaines professionnels généraux (DPG) sont représentés **sous forme d'un hexagone** respectant l'ordre des lettres mentionnées. Partant de l'idée que deux lettres côte à côte, qui se suivent, ont plus d'intérêts en commun qu'avec celles qui se trouvent trop éloignées de l'hexagone. Cela augmente les chances de trouver un métier qui nourrit ces deux intérêts.

C'est comme à l'école, ou en réunion, chacun à une tendance naturelle d'aller se placer à côté du camarade ou du collègue avec qui on partage le plus d'affinités.



Déterminer le code domaine

Chaque métier est une **combinaison de deux ou trois familles**. Par exemple, la profession d'architecte est composée d'*Entreprenant* (il encadre des projets, assure la coordination du chantier), et d'*Artiste* (il joue avec les formes et les couleurs pour rendre un espace esthétique et fonctionnel). Son code domaine est donc **EA**.

Celui de coach sportif est composé de *social* (il accompagne ses clients dans leur développement), de *Réaliste* (avec une activité physique, l'amenant à travailler à l'extérieur) et d'*Entreprenant* (il communique son dynamisme). Son code domaine est **SR**.

Quel ordre tu mettrais pour ton code domaine ?
(duo ou trio de tête) :

Tes Secteurs d'Intérêts de Base (SIB)

Les Domaines Professionnels Généraux sont maintenant divisés en sous-domaines. **30 secteurs d'Intérêts de Base** qui représentent des domaines spécifiques liés à des activités pro, des projets, des formations ou encore des loisirs personnellement motivants et enrichissants.

- | | |
|--|---|
| -Sport | -Nature et agriculture |
| -Matériel informatique et électronique | -Direction de bureau |
| -Consultation et aide | -Métiers du spectacle |
| -Arts culinaires | -Politique et prise de parole en public |
| -Entreprenariat | -Programmation/systèmes informatiques |
| -Finance et investissements | -Services de protection |
| -Services de santé | -Rédaction et communication de masse |
| -Ressources humaines et formation | -Religion et spiritualité |
| -Droit | -Recherche |
| -Direction | -Vente |
| -Marketing et publicité | -Science |
| -Mathématiques | -Sciences sociales |
| -Mécanique et construction | -Fiscalité et comptabilité |
| -Science médicale | -Enseignement et éducation |
| -Armée | -Arts visuels et conception |

Quels sont les 5 SIB qui te parlent le plus ?

1. :

2. :

3. :

4. :

5. :

Quels sont les 5 SIB qui te parlent le moins ?

1. :

2. :

3. :

4. :

5. :

Ok, mais où cela mène tout ça ? ...

➡ À mieux **comprendre** et **capitaliser** sur **tes forces, tes talents**, au lieu de chercher à pallier tes faiblesses. Des talents qui te paraissent si naturels que tu les considères comme des *compétences de base*. ❌ Ce qui est **erroné**.

Par une pratique délibérée de tes aptitudes naturelles, tu as **six fois plus de chance** d'être impliqué et d'être bien dans ton travail, puis de maximiser tes résultats.

➡ À prendre sa **responsabilité de soi** : vis-à-vis de son bien-être, de son potentiel et d'oser être soi. Soyons notre propre architecte d'intérieur pour kiffer sa vie pleinement, celle qui nous correspond vraiment.

Les résultats de mon test Strong me le confirment : mes trois domaines sont *entreprenant, social, et artistique*. Mon truc c'est de soutenir la croissance des personnes en fournissant de l'aide et des ressources pertinentes. Je les aide à bâtir une vision stratégique en les accompagnant à prendre du recul et étudier les options avant de passer à l'action.

Aider à Définir Une vision stratégique. La direction à suivre en mobilisant les ressources de chacun. Activation et application concrète de ses talents.

➡ **Passer le test Strong** : sache que si tu souhaites confirmer ou explorer certaines pistes, tu peux me contacter pour passer le questionnaire Strong. Je t'envoierai un lien pour accéder au test en ligne. Puis tu recevras les résultats dans les 48h dans ta boîte mail.



Les personnes qui ont lu cet article ont aussi lu : [Comment trouver son POURQUOI, la méthode de Simon Sinek](#)

➡ **Test Strong et Cercle d'Or de Simon Sinek.**

Ton code domaine prend également la forme d'un cercle d'or. C'est le-dit concept **Trouver son pourquoi** de Simon Sinek. Exemple avec mon Pourquoi :

"je crée (Artistique) et transmets du contenu (Social) de manière à ce que chacun puisse entreprendre son bien-être et sa liberté (Entreprenant)."