

Bilan InterQualia[®] de Développement Professionnel

Exemple

14 décembre 2006



Éthique du Bilan InterQualia®

Les résultats contenus dans ce Bilan InterQualia® appartiennent à la personne qui a fait cet exercice et ils ne peuvent en aucun cas être utilisés à son insu.

À ce titre, cette personne peut transmettre ses résultats à une tierce personne de son choix : supérieur hiérarchique, coach, psychologue, etc.

L'interprétation du Bilan InterQualia® par cette tierce personne doit être faite lors d'un entretien avec le propriétaire du Bilan.

La tierce personne sera considérée comme habilitée à lire et comprendre le Bilan si elle a auparavant fait elle-même son Bilan et si elle a suivi la formation InterQualia qui s'y rapporte.

Bilan InterQualia® de Développement Professionnel

Bilan InterQualia® de Développement Professionnel de «Lorne Baribeau» réalisé le 14 décembre 2006.

Le **Bilan InterQualia® de Développement Professionnel** est un instrument d'évaluation des ressources humaines validé scientifiquement et conçu par la société **InterQualia**.

Il fait le Bilan de vos Compétences Non Techniques et le Bilan de votre Situation Professionnelle.

L'utilisation des résultats se fait à notre entière exonération. L'usage de la méthode d'InterQualia est strictement limité à son usage par des partenaires autorisés.

L'objectif du Bilan InterQualia® de Développement Professionnel

Pour réussir votre vie professionnelle vous devez **identifier** vos compétences et les **mettre en pratique**.

Si vous y parvenez, vous serez performant, vous éprouverez du plaisir, vous vous sentirez à la "bonne place". De plus, vous évoluerez favorablement dans votre carrière, vous vous **développerez**.

L'objectif du **Bilan InterQualia® de Développement Professionnel** est de vous aider à identifier vos compétences et à évaluer dans quelle mesure vous les mettez en valeur dans votre travail actuel.

Présentation des résultats

La présentation des résultats du **Bilan InterQualia® de Développement Professionnel** se divise en deux parties:

- Dans la première, intitulée **Bilan des Compétences Non Techniques**, nous identifierons vos **compétences-clés** et celles qui pourraient le **devenir**.
- Dans la seconde, intitulée **Bilan de la Situation Professionnelle**, nous identifierons ce qui vous éloigne ou vous rapproche d'une situation professionnelle **idéale**.

En annexe vous trouverez la liste des questions qui vous ont été posées et vos réponses.

Dans les questions à propos :

- des activités que vous exercez,
- des activités que vous souhaitez exercer,
- des activités pour lesquelles vous vous estimez compétent,

les comparaisons successives qui vous ont été proposées ont été sélectionnées en fonction des réponses que vous nous avez données. Par conséquent, aucune personne ne répond aux mêmes comparaisons.

Première Partie
Bilan des Compétences Non Techniques

Plan du Bilan des Compétences Non Techniques

Introduction

1. Quelles sont vos compétences-clés ?

Première section : théorie

2. Les compétences non techniques
3. La théorie psychologique du *Flow*
4. Description des états psychologiques
5. Le *Flow*, un état psychologique bénéfique
6. Comment vivre du *Flow* dans votre travail ?

Seconde section : résultats détaillés

7. L'évaluation de vos compétences non techniques
8. Des états psychologiques permanents ou transitoires
9. Le tableau synthèse de vos résultats
10. Que faire de vos résultats ?

Introduction

1. Quelles sont vos compétences-clés ?

Vos compétences-clés sont les compétences non techniques qui apparaissent **actuellement** comme les plus susceptibles de vous rendre **performant** dans votre travail tout en favorisant votre **développement**.

Nous avons identifié chez vous les compétences-clés suivantes:

- **Concevoir et réaliser un projet**
- **Travailler en équipe**

Après cette brève introduction, nous vous invitons à prendre connaissance de la **théorie** sur laquelle votre évaluation s'appuie. Ensuite, nous vous exposerons vos **résultats détaillés**.

Première section: théorie

2. Les compétences non techniques

L'exercice de toute profession exige des **compétences techniques** (savoir et savoir-faire) qui s'acquièrent par une **formation** scolaire et professionnelle. Sans ces compétences, on ne répond pas aux exigences minimales pour occuper un emploi.

À côté de ces compétences techniques, on en trouve d'autres moins connues mais tout aussi importantes: **les compétences non techniques**. Elles s'expriment à travers des **activités** telles que par exemple "Rechercher des idées nouvelles et originales", "Faire preuve de leadership", "Concevoir et réaliser un projet". Ce sont des **aptitudes fondamentales** qui ne s'apprennent pas sur les bancs d'école mais qui se développent à travers toutes les **expériences** accumulées au cours de la vie. Elles sont **essentiels**, sans elles on ne peut pas exercer sa profession de manière satisfaisante.

L'exemple de Martin

Martin est un gestionnaire dans une grande institution publique. Pour accomplir son travail, il a acquis au travers de sa formation un certain nombre de **compétences techniques** en sciences de l'administration ("Connaissances en économie", "Maîtrise de la comptabilité", "Capacité à rédiger des rapports financiers"). Cependant, il ne pourrait pas être un bon gestionnaire capable de communiquer et de collaborer aisément avec son entourage, s'il ne disposait pas des **compétences non techniques** suivantes: "Communiquer avec un grand nombre de personnes" et "Travailler en équipe".

3. La théorie psychologique du *Flow*

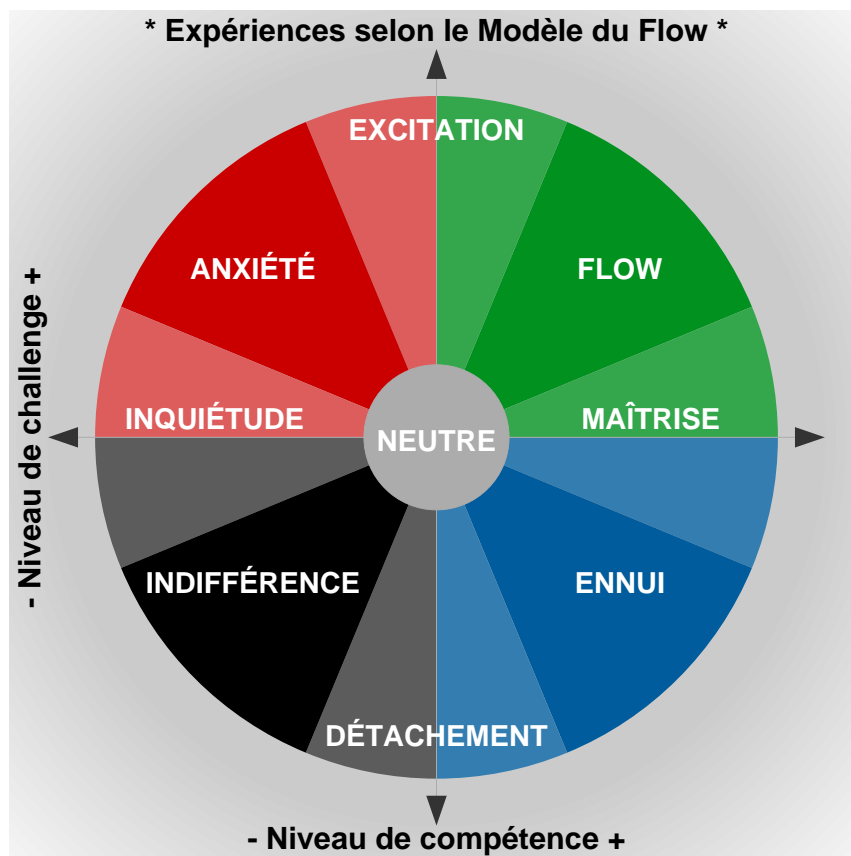
L'évaluation de vos **compétences non techniques** s'appuie sur une théorie psychologique reconnue: la théorie du **Flow** de **Csikszentmihalyi**.

En appliquant cette théorie au monde du travail, on peut **prédire** ce qu'une personne ressent lorsqu'elle exerce une activité professionnelle.



On distingue 9 états psychologiques, à savoir: **Flow**, **Maîtrise**, **Ennui**, **Détachement**, **Indifférence**, **Inquiétude**, **Anxiété**, **Excitation** et **Neutre**.

Ce qui détermine l'un ou l'autre de ces états psychologiques, c'est essentiellement le **challenge** perçu dans une situation et la **compétence** que l'on possède pour y faire face.

La figure ci-dessous situe chacun des **9 états psychologiques** par rapport au challenge et à la compétence.



4. Description des états psychologiques

	COMPÉTENCE FAIBLE	COMPÉTENCE MOYENNE	COMPÉTENCE ÉLEVÉE
CHALLENGE ÉLEVÉ	 Anxiété État psychologique éprouvé au cours d'une activité lorsque vous vous confrontez à un challenge élevé qui est très supérieur à la compétence faible dont vous disposez. Vous avez un intérêt élevé pour cette activité et vous ressentez de l'appréhension car vous ne la maîtrisez pas .	 Excitation État psychologique éprouvé au cours d'une activité lorsque vous vous confrontez à un challenge élevé qui est supérieur à la compétence moyenne dont vous disposez. Vous avez un intérêt élevé pour cette activité et vous ressentez une certaine fébrilité car vous ne la maîtrisez pas totalement .	 Flow État psychologique éprouvé au cours d'une activité lorsque vous vous confrontez à un challenge élevé et que vous disposez d'une compétence élevée pour le relever. Vous avez un intérêt élevé pour cette activité que vous maîtrisez . Vous êtes pleinement motivé, vous êtes totalement concentré, vous avez l'occasion de vous montrer créatif, vous éprouvez du plaisir, vous n'avez pas peur d'échouer. C'est l'état psychologique idéal .
CHALLENGE MOYEN	 Inquiétude État psychologique éprouvé au cours d'une activité lorsque vous faites face à un challenge moyen qui est supérieur à la compétence faible dont vous disposez. Vous avez un intérêt modéré pour cette activité et vous ressentez un peu d'appréhension car vous ne la maîtrisez pas .	 Neutre État psychologique éprouvé au cours d'une activité lorsque vous faites face à un challenge moyen et que vous disposez d'une compétence moyenne . Vous avez un intérêt modéré pour cette activité que vous ne maîtrisez pas totalement . Vous ne ressentez pas d'émotion particulière.	 Maîtrise État psychologique éprouvé au cours d'une activité lorsque vous faites face à un challenge moyen qui est inférieur à la compétence élevée dont vous disposez. Vous avez un intérêt modéré pour cette activité que vous maîtrisez . Un challenge plus élevé vous rendrait plus créatif.
CHALLENGE FAIBLE	 Indifférence État psychologique éprouvé au cours d'une activité lorsque vous êtes confronté à un challenge faible et que vous disposez d'une compétence faible . Vous avez un intérêt faible pour cette activité que vous ne maîtrisez pas . Vous êtes totalement démotivé, vous êtes passif.	 Détachement État psychologique éprouvé au cours d'une activité lorsque vous êtes confronté à un challenge faible qui est inférieur à la compétence moyenne dont vous disposez. Vous avez un intérêt faible pour cette activité que vous ne maîtrisez pas totalement .	 Ennui État psychologique éprouvé au cours d'une activité lorsque vous êtes confronté à un challenge faible qui est très inférieur à la compétence élevée dont vous disposez. Vous avez un intérêt faible pour cette activité que vous maîtrisez .

5. Le *Flow*, un état psychologique bénéfique

Comme vous l'avez constaté l'un des 9 états psychologiques que nous avons décrit sort tout particulièrement de l'ordinaire. Il s'agit du **Flow**.

Cet état psychologique est **bénéfique**.

Lorsqu'une personne le **ressent régulièrement** dans son **travail** elle:

- est créative et éprouve du plaisir,
- a confiance en elle,
- est persévérante et résistante au stress,
- est motivée,
- est performante,
- se développe de manière optimale.

6. Comment vivre du *Flow* dans votre travail ?

Pas de *Flow* sans compétence-clé

Pour vivre **durablement** du **Flow** dans votre travail, vous devez **dans tous les cas** utiliser certaines compétences non techniques qui sont appelées **compétences-clés**. Ces compétences se manifestent dans les activités que vous **aimez faire** et que vous savez **parfaitement accomplir**.

Exemple : Imaginons un éducateur qui a comme compétences-clés «*Travailler avec des outils*» et «*Aider et soutenir autrui*». Dans son travail il réinsère socialement des jeunes en difficultés en animant des ateliers de travaux manuels. Grâce à cet environnement professionnel qui lui permet de mettre en valeur ses compétences-clés, il est motivé, il n'a pas peur d'échouer et il est efficace.

Vous ressentirez de l'**insatisfaction** dans votre travail si vous n'utilisez pas vos compétences-clés et que vous en utilisez d'autres qui ne le sont pas.

Exemple : Imaginons un gestionnaire pour qui «*Rechercher des idées nouvelles et originales*» est une compétence-clé mais «*Suivre des consignes*» ne l'est pas du tout. Il est évident qu'il serait insatisfait dans une fonction qui lui offrirait très peu d'occasions de prendre des initiatives et qui exigerait de lui au contraire de suivre à la lettre les procédures prescrites par sa direction.

Pas de *Flow* sans challenge

Pour vivre **durablement** du **Flow** dans votre travail, **il ne suffit pas** d'utiliser vos compétences-clés. Vous devez pouvoir les utiliser en **surmontant** des **difficultés** que vous **souhaitez** affronter (challenges).

Exemple : Imaginons un ébéniste pour qui «*Travailler avec des outils*» est une compétence-clé. Il vit du *Flow* car des commandes de meubles complexes lui donnent l'occasion de se dépasser. S'il ne devait pas faire appel à tout son talent pour les fabriquer, il vivrait de la routine.

En conclusion, pour ressentir du **Flow** dans votre travail, utilisez vos **compétences-clés** en relevant des **challenges** (des défis stimulants) !

Seconde section: résultats détaillés

7. L'évaluation de vos compétences non techniques

Nous allons vous présenter l'évaluation de l'ensemble de vos compétences non techniques.

Nous les avons classées en **trois catégories**: compétences élevées, moyennes et faibles. Et selon **l'état psychologique** que vous êtes le plus susceptible de ressentir en les exerçant.

Vos compétences non techniques sont dites élevées, moyennes ou faibles selon le rapport qu'elles ont les unes **relativement** aux autres. Par exemple, si l'une d'entre elles est classée comme moyenne, cela ne signifie pas que lorsque vous l'exercez votre performance est moyenne. Cette compétence non technique est moyenne car vous avez jugé que vous disposez d'autres compétences non techniques significativement plus élevées et plus faibles que celle-ci.

Portez une attention particulière aux compétences marquées en **gras** car **actuellement** ce sont celles qui peuvent le mieux contribuer à votre **réussite professionnelle**. Il s'agit de vos **compétences-clés** et de celles qui pourraient le **devenir**.

Les compétences les plus susceptibles de devenir clés sont celles pour lesquelles vous avez un **intérêt élevé** ou vous disposez d'un niveau de **compétence élevé**.

7.1 Vos compétences élevées



Vos compétences-clés

Nous avons identifié chez vous les compétences-clés suivantes:

- **Concevoir et réaliser un projet**
- **Travailler en équipe**

L'exercice de ces compétences-clés est susceptible de vous permettre de ressentir du **Flow** si vous avez l'occasion de relever des **challenges**.



Vos compétences non techniques en **Maîtrise**

Pour les activités suivantes vous êtes le plus susceptible d'être en **Maîtrise**:

- **Travailler avec les technologies**
- **Agir sans règle et sans routine**

Pour ces activités:

- vous disposez d'un niveau de **compétence élevé** ;
- vous avez un niveau **d'intérêt modéré**.

Ces compétences non techniques pourraient devenir des **compétences-clés** à la condition:

- que vous développiez, au contact de nouvelles expériences professionnelles, un **intérêt plus élevé** pour ces compétences non techniques **ou**
- que votre environnement professionnel vous offre l'occasion de les exercer en surmontant des **défis plus stimulants**.



Vos compétences non techniques en **Ennui**

Pour les activités suivantes vous êtes le plus susceptible d'être en **Ennui**:

- **Travailler avec des outils**
- **Assumer des tâches administratives**

Pour ces activités:

- vous disposez d'un niveau de **compétence élevé** ;
- vous avez un niveau **d'intérêt faible**.

Ces compétences non techniques pourraient devenir des **compétences-clés** à la condition:

- que vous développiez, au contact de nouvelles expériences professionnelles, un **intérêt beaucoup plus élevé** pour ces compétences non techniques **ou**
- que votre environnement professionnel vous offre l'occasion de les exercer en surmontant des **défis beaucoup plus stimulants**.

7.2 Vos compétences moyennes



Votre compétence non technique en **Excitation**

Pour l'activité suivante vous êtes le plus susceptible d'être en **Excitation**:

- **Contrôler l'exécution des tâches**

Pour cette activité:

- vous disposez d'un niveau de **compétence moyen** ;
- vous avez un niveau **d'intérêt élevé**.

Cette compétence non technique pourrait devenir une **compétence-clé** à la condition:

- que vous parveniez à **augmenter** votre niveau de **compétence** au contact de nouvelles expériences professionnelles **ou**
- que votre environnement professionnel soit **plus adapté** à votre niveau de compétence.



Vos compétences non techniques en **Neutre**

Pour les activités suivantes vous êtes le plus susceptible d'être en **Neutre**:

- **Utiliser des mots, des nombres**
- **Travailler avec son corps, sa force physique**
- **Effectuer des recherches sur des sujets spécifiques**
- **Aider et soutenir autrui**

Pour ces activités:

- vous disposez d'un niveau de **compétence moyen** ;
- vous avez un niveau **d'intérêt modéré**.



Vos compétences non techniques en **Détachement**

Pour les activités suivantes vous êtes le plus susceptible d'être en **Détachement**:

- **Rechercher des idées nouvelles et originales**
- **Suivre des consignes**

Pour ces activités:

- vous disposez d'un niveau de **compétence moyen** ;
- vous avez un niveau **d'intérêt faible**.

7.3 Vos compétences faibles



Votre compétence non technique en **Anxiété**

Pour l'activité suivante vous êtes le plus susceptible d'être en **Anxiété**:

- **Faire preuve de leadership**

Pour cette activité:

- vous disposez d'un niveau de **compétence faible** ;
- vous avez un niveau **d'intérêt élevé**.

Cette compétence non technique pourrait devenir une **compétence-clé** à la condition:

- que vous parveniez à **augmenter** de **manière significative** votre niveau de **compétence** au contact de nouvelles expériences professionnelles **ou**
- que votre environnement professionnel soit **beaucoup plus adapté** à votre niveau de compétence.



Vos compétences non techniques en **Inquiétude**

Pour les activités suivantes vous êtes le plus susceptible d'être en **Inquiétude**:

- **Promouvoir une idée, un produit, un projet**
- **Communiquer avec un grand nombre de personnes**
- **Exercer son sens esthétique, exprimer sa sensibilité**

Pour ces activités:

- vous disposez d'un niveau de **compétence faible** ;
- vous avez un niveau **d'intérêt modéré**.



Votre compétence non technique en **Indifférence**

Pour l'activité suivante vous êtes le plus susceptible d'être en **Indifférence**:

- **Réfléchir à des problèmes complexes, abstraits**

Pour cette activité:

- vous disposez d'un niveau de **compétence faible** ;
- vous avez un niveau **d'intérêt faible**.

8. Des états psychologiques permanents ou transitoires

Les ressentis que vous éprouvez actuellement en exerçant certaines compétences non techniques peuvent être **permanents**. Ces états ne sont pas insatisfaisants:

- s'ils résultent de l'exercice d'activités **nécessaires** à l'accomplissement de votre travail **et**
- si vous avez l'occasion, grâce à vos compétences-clés, de faire **durablement** l'expérience du **Flow** dans votre travail.

Exemple : Mme André, conseillère en ressources humaines, est très satisfaite de son travail. Elle vit souvent du *Flow*, en particulier lorsqu'elle conseille ses clients, car elle a l'occasion de mettre en valeur sa compétence-clé («*Aider et soutenir autrui*»). Si elle ressent de l'Ennui lorsqu'elle doit assurer le suivi des dossiers («*Assumer des tâches administratives*»), elle s'en accommode très bien car cette activité lui permet de mieux aider ses clients.

Les ressentis que vous éprouvez actuellement en exerçant certaines compétences non techniques peuvent être **transitoires**. Le *Flow* pourrait succéder à l'un de ces états.

Exemple : Mr Paul, cadre au sein d'une grande entreprise de génie civil, a beaucoup de peine à diriger son équipe d'ingénieurs. Il ressent de l'Anxiété lorsqu'il doit «*Faire preuve de leadership*». Il souffre d'autant plus de cette situation qu'il souhaite poursuivre sa carrière dans cette fonction. Grâce au soutien d'un coach qui l'a accompagné durant quelques mois, il a appris à mieux diriger. Le progrès a été tel que dorénavant il est tout à fait à son aise à la tête de son équipe au point de ressentir du *Flow*. «*Faire preuve de leadership*» est devenu une compétence-clé pour Mr Paul.

Pour vivre du Flow dans votre travail il n'est pas nécessaire de vous appuyer uniquement sur vos compétences-clés !

Vous pouvez développer certaines de vos compétences non techniques pour en faire des compétences-clés !

9. Tableau synthèse de vos résultats

Liste des compétences	États	
compétences élevées		
Concevoir et réaliser un projet Travailler en équipe		Flow
Travailler avec les technologies Agir sans règle et sans routine		Maîtrise
Travailler avec des outils Assumer des tâches administratives		Ennui
compétences moyennes		
Contrôler l'exécution des tâches		Excitation
Utiliser des mots, des nombres Travailler avec son corps, sa force physique Effectuer des recherches sur des sujets spécifiques Aider et soutenir autrui		Neutre
Rechercher des idées nouvelles et originales Suivre des consignes		Détachement
compétences faibles		
Faire preuve de leadership		Anxiété
Promouvoir une idée, un produit, un projet Communiquer avec un grand nombre de personnes Exercer son sens esthétique, exprimer sa sensibilité		Inquiétude
Réfléchir à des problèmes complexes, abstraits		Indifférence

En **gras** les activités dans lesquelles vous avez actuellement un **intérêt élevé** et/ou vous disposez d'un niveau de **compétence élevé**.

Vos compétences non techniques sont dites élevées, moyennes ou faibles selon le rapport qu'elles ont les unes **relativement** aux autres (cf. p.9)

10. Que faire des résultats de votre Bilan des Compétences Non Techniques ?

Voici quelques recommandations qui vous permettront de tirer le meilleur parti de ce Bilan des Compétences Non Techniques.

Si les résultats du bilan ne sont pas une confirmation de ce que vous pensez de vous...

Nous vous encourageons à poursuivre votre réflexion. Si besoin est, discutez de ces résultats avec vos proches ou toute autre personne compétente en matière de développement de carrière.

Si les résultats du bilan confirment ce que vous pensez de vous...

Pour mieux **vous réaliser** dans votre travail, nous vous encourageons à vous servir de vos **compétences-clés** ou/et de celles qui pourraient le devenir:

- Dites à votre entourage professionnel qu'elles font partie de vos points forts !
- Trouvez les moyens de les mettre en valeur dans votre emploi !
- Gardez-les toujours à l'esprit dans vos réflexions sur vos choix de carrière !
- Mettez-les en évidence dans votre CV !

Si vous cherchez à savoir quels métiers correspondraient le mieux à vos compétences non techniques...

Sachez que vos compétences non techniques ne sont pas liées à des professions particulières.

Quelle que soit votre profession vous pouvez trouver un emploi qui les mette en valeur !

Nous vous invitons maintenant à prendre connaissance du **Bilan de votre Situation Professionnelle**.

Seconde Partie
Bilan de la Situation Professionnelle

Plan du Bilan de la Situation Professionnelle

Introduction

1. Qu'est-ce qu'une situation professionnelle idéale ?

Vos résultats détaillés

2. Dans votre travail actuel êtes-vous impliqué et qualifié ?
3. Exercez-vous les activités que vous souhaitez exercer ?
4. Exercez-vous les activités pour lesquelles vous vous estimez compétent ?
5. La synthèse de l'exercice de vos activités
6. Dans quelle mesure votre situation professionnelle est-elle satisfaisante ?

Introduction

1. Qu'est-ce qu'une situation professionnelle idéale ?

Si vous occupez un emploi qui a du **sens** pour vous, vous procure du **plaisir** et vous donne l'occasion de vous **développer**, alors vous vivez une situation professionnelle **idéale**.

Dans cette situation professionnelle idéale vous êtes impliqué, qualifié et vous exercez des activités qui s'accordent avec vos compétences non techniques.

Vous êtes **impliqué** lorsque:

- vous êtes motivé;
- vous avez l'occasion de relever des défis stimulants;
- vous n'avez pas envie de faire autre chose;
- vous éprouvez du plaisir.

Vous êtes **qualifié** lorsque:

- vous vous sentez compétent;
- vous ne doutez pas de pouvoir réussir;
- vous maîtrisez la situation.

Vous exercez des activités qui s'accordent avec **vos compétences non techniques** lorsque:

- vous exercez des activités pour lesquelles vous vous estimez compétent;
- vous exercez des activités que vous souhaitez exercer.

Dans cette situation professionnelle idéale, vous mettez en valeur aussi bien vos **compétences techniques** que **non techniques**. Grâce en particulier à vos **compétences-clés**, vous ressentez **durablement** du **Flow**. Vous utilisez votre **potentiel**.

Avec l'analyse qui va suivre vous allez découvrir ce qui vous **éloigne** ou vous **rapproche** de cette situation professionnelle **idéale**.

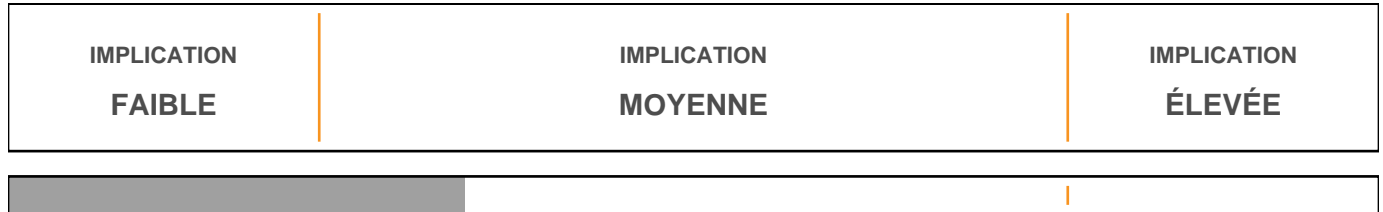
Vos résultats détaillés

2. Dans votre travail actuel êtes-vous impliqué et qualifié?

Votre niveau d'implication

En exerçant vos activités, vous vous sentez plutôt motivé, mais vous n'éprouvez que parfois du plaisir, vous avez souvent envie de faire autre chose et vous avez très rarement l'occasion de relever des défis stimulants.

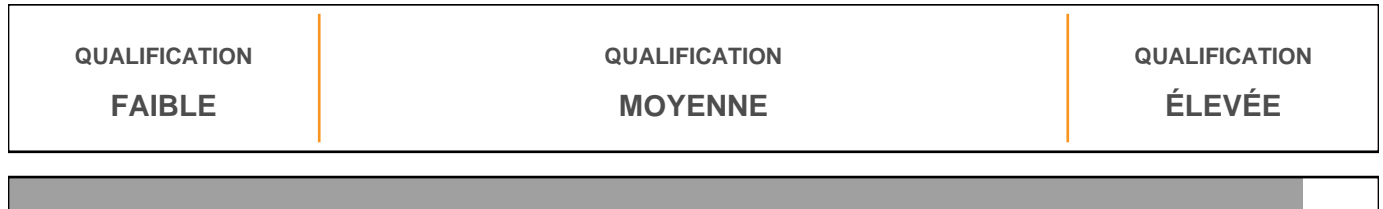
Dans votre travail actuel vous avez **plutôt rarement** l'occasion de vous **impliquer**.



Votre niveau de qualification

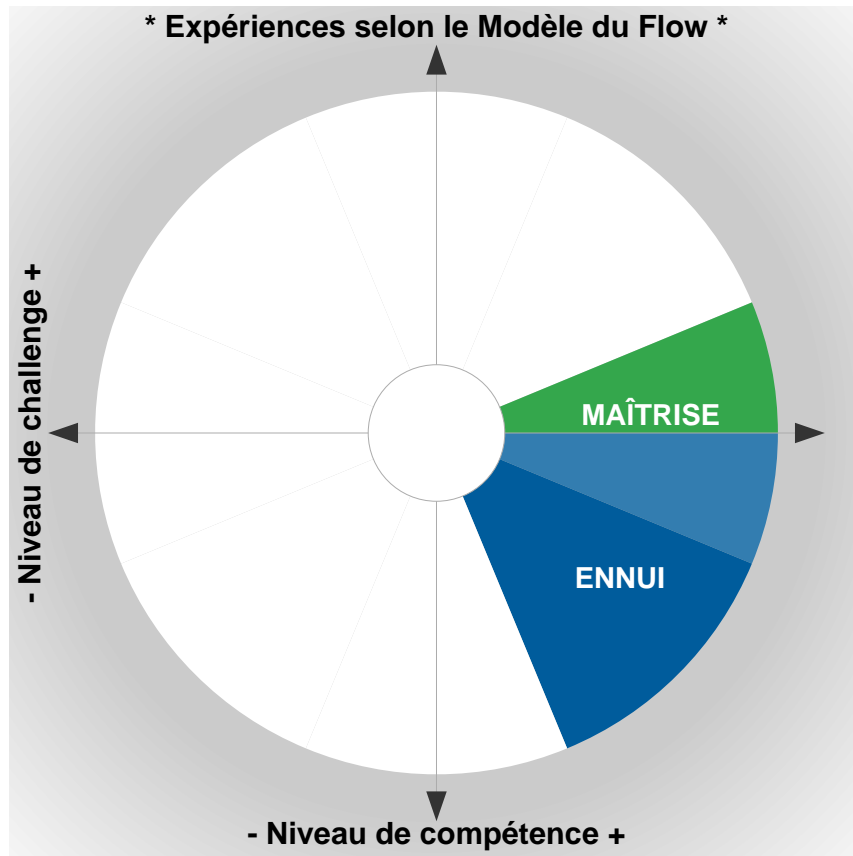
En exerçant vos activités, il vous arrive très rarement de ne pas maîtriser suffisamment la situation, vous doutez très rarement de pouvoir réussir et vous vous sentez compétent.

Dans votre travail actuel vous vous percevez comme **très qualifié**.



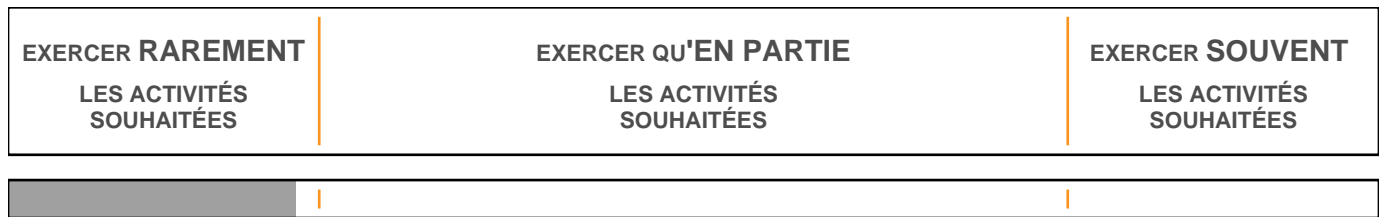
Actuellement êtes-vous impliqué et qualifié comme si vous viviez du *Flow* dans votre travail?

Votre **implication** et votre **qualification** dans votre travail actuel se manifestent comme dans les situations professionnelles où en général le *Flow* est absent et la **Maîtrise** ainsi que l'**Ennui** prédominent.



3. Exercez-vous les activités que vous souhaitez exercer?

Actuellement vous exercez **rarement** les activités que vous souhaitez exercer.



Après ce constat général, nous allons vous présenter maintenant le **tableau** détaillé du temps que vous consacrez aux activités et leurs fréquences souhaitées.

Nous avons classé les activités selon la **fréquence** (fréquemment, modérément, peu ou pas du tout) à laquelle vous les exercez et selon le temps que vous **souhaitez** leur consacrer (temps souhaité élevé, modéré, faible).

Nous avons marqué en gris les zones dans lesquelles les activités devraient se situer idéalement. Les activités situées en dehors de ces zones grises **font baisser** le score que vous avez obtenu ci-dessus; parmi elles, les activités marquées en **gras** sont celles qui le font baisser le plus **significativement**.

Une activité marquée en gras pourrait vous rendre **insatisfait** dans votre travail actuel.

Tableau du temps que vous consacrez aux activités et leurs fréquences souhaitées

Temps souhaité élevé	Temps souhaité modéré	Temps souhaité faible
Activités exercées fréquemment		
Travailler en équipe Concevoir et réaliser un projet	v Travailler avec les technologies	√ Assumer des tâches administratives √ Suivre des consignes
Activités exercées modérément		
^ Contrôler l'exécution des tâches	Communiquer avec un grand nombre de personnes Agir sans règle et sans routine Aider et soutenir autrui Utiliser des mots, des nombres Effectuer des recherches sur des sujets spécifiques Promouvoir une idée, un produit, un projet	√ Réfléchir à des problèmes complexes, abstraits v Rechercher des idées nouvelles et originales
Activités exercées peu ou pas du tout		
	Travailler avec son corps, sa force physique ^ Exercer son sens esthétique, exprimer sa sensibilité ^ Faire preuve de leadership	Travailler avec des outils

En caractères **gras** les activités qui pourraient vous rendre **insatisfait** dans votre travail. Vous les exercez soit trop (v), soit beaucoup trop (√), soit insuffisamment (^) soit très insuffisamment (^) compte tenu du temps que vous souhaitez leur consacrer.

Dans les **zones grises** les activités que vous exercez **suffisamment**.

Tableau de vos compétences dans les activités que vous exercez

Compétences élevés	Compétences moyennes	Compétences faibles
Activités exercées fréquemment		
Assumer des tâches administratives Concevoir et réaliser un projet Travailler en équipe Travailler avec les technologies	v Suivre des consignes	
Activités exercées modérément		
^ Agir sans règle et sans routine	Aider et soutenir autrui Effectuer des recherches sur des sujets spécifiques Rechercher des idées nouvelles et originales Utiliser des mots, des nombres Contrôler l'exécution des tâches	v Réfléchir à des problèmes complexes, abstraits v Promouvoir une idée, un produit, un projet v Communiquer avec un grand nombre de personnes
Activités exercées peu ou pas du tout		
^ Travailler avec des outils	^ Travailler avec son corps, sa force physique	Faire preuve de leadership Exercer son sens esthétique, exprimer sa sensibilité

En caractères **gras** les activités qui pourraient vous rendre **insatisfait** dans votre travail. Vous les exercez soit trop (v), soit beaucoup trop (v), soit insuffisamment (^) soit très insuffisamment (^) compte tenu du niveau de compétence dont vous disposez en les exerçant.

Dans les **zones grises** les activités que vous exercez **suffisamment**.

Vos compétences non techniques sont dites élevées, moyennes ou faibles selon le rapport qu'elles ont les unes **relativement** aux autres (cf. p. 9).

5. La synthèse de l'exercice de vos activités

Vous êtes **satisfait** d'exercer **fréquemment**

les activités suivantes dans lesquelles vous êtes susceptible de ressentir du **Flow** à la condition que vous ayez l'occasion de relever des challenges:

- Travailler en équipe
- Concevoir et réaliser un projet



Vous êtes **satisfait** d'exercer **modérément**

l'activité suivante dans laquelle vous êtes susceptible de ressentir de la **Maîtrise**:

- Agir sans règle et sans routine



les activités suivantes dans lesquelles vous êtes susceptible de ressentir du **Neutre**:

- Aider et soutenir autrui
- Utiliser des mots, des nombres
- Effectuer des recherches sur des sujets spécifiques



les activités suivantes dans lesquelles vous êtes susceptible de ressentir de **l'Inquiétude**:

- Communiquer avec un grand nombre de personnes
- Promouvoir une idée, un produit, un projet



Vous êtes **satisfait** d'exercer **peu ou pas du tout**

l'activité suivante dans laquelle vous êtes susceptible de ressentir de **l'Ennui**:

- Travailler avec des outils



l'activité suivante dans laquelle vous êtes susceptible de ressentir du **Neutre**:

- Travailler avec son corps, sa force physique



Vous êtes **insatisfait** d'exercer **beaucoup trop**

l'activité suivante dans laquelle vous êtes susceptible de ressentir de **l'Indifférence**:

- Réfléchir à des problèmes complexes, abstraits



l'activité suivante dans laquelle vous êtes susceptible de ressentir du **Détachement**:

- Suivre des consignes



l'activité suivante dans laquelle vous êtes susceptible de ressentir de **l'Ennui**:

- Assumer des tâches administratives



Vous êtes **insatisfait** d'exercer **trop**

l'activité suivante dans laquelle vous êtes susceptible de ressentir du **Détachement**:

- Rechercher des idées nouvelles et originales



l'activité suivante dans laquelle vous êtes susceptible de ressentir de la **Maîtrise**:

- Travailler avec les technologies



Vous êtes **insatisfait** d'exercer **insuffisamment**

l'activité suivante dans laquelle vous êtes susceptible de ressentir de **l'Inquiétude**:

- Exercer son sens esthétique, exprimer sa sensibilité



Vous êtes **insatisfait** d'exercer **très insuffisamment**

l'activité suivante dans laquelle vous êtes susceptible de ressentir de **l'Excitation**:

- Contrôler l'exécution des tâches





















l'activité suivante dans laquelle vous êtes susceptible de ressentir de **l'Anxiété**:

- Faire preuve de leadership



Tableau synthèse des activités que vous exercez

Liste des activités	États	Fréquence		
		élevée Vous exercez fréquemment cette activité	modérée Vous exercez modérément cette activité	faible Vous exercez peu ou pas du tout cette activité
compétences élevées				
Concevoir et réaliser un projet		Compétence-clé		
Travailler en équipe		Compétence-clé		
Travailler avec les technologies		Maîtrise Trop		
Agir sans règle et sans routine			Maîtrise <	
Travailler avec des outils				Ennui <<
Assumer des tâches administratives		Ennui Beaucoup trop		
compétences moyennes				
Contrôler l'exécution des tâches			Excitation Très insuffisamment	
Utiliser des mots, des nombres			Neutre	
Travailler avec son corps, sa force physique				Neutre <
Effectuer des recherches sur des sujets spécifiques			Neutre	
Aider et soutenir autrui			Neutre	
Rechercher des idées nouvelles et originales			Détachement Trop	
Suivre des consignes		Détachement Beaucoup trop >		
compétences faibles				
Faire preuve de leadership				Anxiété Très insuffisamment
Promouvoir une idée, un produit, un projet			Inquiétude >	
Communiquer avec un grand nombre de personnes			Inquiétude >	
Exercer son sens esthétique, exprimer sa sensibilité				Inquiétude Insuffisamment
Réfléchir à des problèmes complexes, abstraits			Indifférence Beaucoup trop >>	

Vous exercez "Très Insuffisamment", "Insuffisamment", "Trop", "Beaucoup Trop" une activité compte tenu du temps que vous **souhaitez** lui consacrer.

Vous exercez "<<" (très insuffisamment), "<" (insuffisamment), ">" (trop), ">>" (beaucoup trop) une activité compte tenu du niveau de **compétence** dont vous disposez en exerçant.

En **gras** les activités dans lesquelles vous avez actuellement un **intérêt élevé** et/ou vous disposez d'un niveau de **compétence élevé**.

Vos compétences non techniques sont dites élevées, moyennes ou faibles selon le rapport qu'elles ont les unes **relativement** aux autres (cf. p.9).

6. Dans quelle mesure votre situation professionnelle est-elle satisfaisante?

Dans votre travail actuel, vous vous percevez comme très qualifié, mais vous avez plutôt rarement l'occasion de vous impliquer, vous exercez plutôt rarement les activités pour lesquelles vous vous estimez compétent et vous exercez rarement les activités que vous souhaitez exercer.



	● INSATISFAISANT	● MOYENNEMENT SATISFAISANT	● SATISFAISANT
IMPLICATION			
QUALIFICATION			
EXERCER SES COMPÉTENCES			
EXERCER LES ACTIVITÉS SOUHAITÉES			

Vous avez évalué que vous êtes plutôt satisfait de votre travail actuel.

Toutefois... votre situation professionnelle actuelle nous apparaît pour le moment malheureusement comme **insatisfaisante** car vous ne développez pas l'ensemble de votre potentiel.

Une situation professionnelle est satisfaisante lorsque vous atteignez le niveau «satisfaisant» sur les **quatre** indicateurs ci-dessus.

Nous vous encourageons à atteindre cet objectif.

Nous espérons que notre bilan vous a permis de juger de ce qui vous sépare encore d'une situation idéale et qu'il vous aidera à mettre en œuvre les moyens pour l'atteindre.

Si vous décidez de faire des changements majeurs dans votre vie professionnelle...

Assurez-vous d'avoir consacré tout le temps nécessaire à la **réflexion** et d'avoir élaboré un nouveau **projet professionnel** réaliste. Au besoin sollicitez l'aide de vos proches ou de toute autre personne compétente en matière de développement de carrière.

Un dernier mot



















Nous espérons que ce **Bilan InterQualia® de Développement Professionnel** vous a permis de mieux **vous connaître** et qu'il vous aidera à **vous réaliser** dans votre travail.

Vos résultats sont susceptibles **d'évoluer** au contact de nouvelles expériences professionnelles. Aussi n'hésitez pas à refaire votre Bilan InterQualia® de Développement Professionnel lorsque vous en ressentirez le besoin pour le **développement de votre carrière**.

Nous vous disons à bientôt !

Synthèse

4. Tableau synthèse des activités que vous exercez

Liste des activités	États	Fréquence		
		élevée Vous exercez fréquemment cette activité	modérée Vous exercez modérément cette activité	faible Vous exercez peu ou pas du tout cette activité
compétences élevées				
Concevoir et réaliser un projet		Compétence-clé		
Travailler en équipe		Compétence-clé		
Travailler avec les technologies		Maîtrise Trop		
Agir sans règle et sans routine			Maîtrise <	
Travailler avec des outils				Ennui <<
Assumer des tâches administratives		Ennui Beaucoup trop		
compétences moyennes				
Contrôler l'exécution des tâches			Excitation Très insuffisamment	
Utiliser des mots, des nombres			Neutre	
Travailler avec son corps, sa force physique				Neutre <
Effectuer des recherches sur des sujets spécifiques			Neutre	
Aider et soutenir autrui			Neutre	
Rechercher des idées nouvelles et originales			Détachement Trop	
Suivre des consignes		Détachement Beaucoup trop >		
compétences faibles				
Faire preuve de leadership				Anxiété Très insuffisamment
Promouvoir une idée, un produit, un projet			Inquiétude >	
Communiquer avec un grand nombre de personnes			Inquiétude >	
Exercer son sens esthétique, exprimer sa sensibilité				Inquiétude Insuffisamment
Réfléchir à des problèmes complexes, abstraits			Indifférence Beaucoup trop >>	

Vous exercez "Très Insuffisamment", "Insuffisamment", "Trop", "Beaucoup Trop" une activité compte tenu du temps que vous **souhaitez** lui consacrer.

Vous exercez "<<" (très insuffisamment), "<" (insuffisamment), ">" (trop), ">>" (beaucoup trop) une activité compte tenu du niveau de **compétence** dont vous disposez en exerçant.

En **gras** les activités dans lesquelles vous avez actuellement un **intérêt élevé** et/ou vous disposez d'un niveau de **compétence élevé**.

Vos compétences non techniques sont dites élevées, moyennes ou faibles selon le rapport qu'elles ont les unes **relativement** aux autres.

Annexe

Liste des 18 activités proposées

1. Travailler avec son corps, sa force physique

Utiliser son corps comme instrument de travail: utiliser son habileté manuelle; transporter des objets; protéger des biens ou des personnes, faire de la danse

2. Travailler avec des outils

Utiliser des outils tels que: marteau, machine, véhicule d'entreprise etc.; les fabriquer; les réparer; veiller à leur entretien

3. Travailler avec les technologies

Utiliser des outils technologiques tels que: ordinateur, matériel électronique, appareils audiovisuels, etc.

4. Communiquer avec un grand nombre de personnes

S'exprimer en public, être en contact avec de nombreux clients, divertir une assistance

5. Aider et soutenir autrui

Conseiller, servir, éduquer, évaluer, soigner, défendre des personnes (patients, clients, élèves...)

6. Travailler en équipe

Participer et collaborer à un projet commun, travailler en réseau, coopérer

7. Réfléchir à des problèmes complexes, abstraits

Analyser des situations, des phénomènes, des concepts; formuler des hypothèses; faire des synthèses; faire des déductions

8. Effectuer des recherches sur des sujets spécifiques

Rechercher et collecter de l'information par divers moyens tels que la lecture, l'interview, l'observation

9. Utiliser des mots, des nombres

Rédiger des textes; utiliser des formules mathématiques

10. Faire preuve de leadership

Motiver, encourager son équipe de travail; diriger d'autres personnes; influencer son entourage

11. Concevoir et réaliser un projet

Elaborer un projet; prendre des décisions; organiser les opérations en vue de sa concrétisation

12. Promouvoir une idée, un produit, un projet

Faire connaître et mettre en valeur une idée, un produit, un projet; convaincre ses interlocuteurs; vendre

13. Rechercher des idées nouvelles et originales

Trouver des solutions inédites à des problèmes; concevoir de nouveaux produits; créer des formes artistiques originales; inventer des nouvelles théories

14. Agir sans règle et sans routine

Travailler en disposant d'une grande liberté; se confronter à des situations inédites; improviser

15. Exercer son sens esthétique, exprimer sa sensibilité

Dessiner; communiquer au moyen d'images; faire de la musique, du théâtre; écrire des livres

16. Assumer des tâches administratives

Tenir à jour, assurer le suivi des dossiers; classer, archiver des données ou des informations; tenir des comptes

17. Suivre des consignes

Exécuter des tâches selon des règles ou procédures prescrites, effectuer des transactions financières, gérer des données, retranscrire un procès-verbal

18. Contrôler l'exécution des tâches

Evaluer l'état d'avancement de la tâche; vérifier la qualité de son exécution; apporter des mesures correctives

À laquelle de ces deux activités consacrez-vous actuellement le plus de temps?

	Temps consacré supérieur pour cette activité	Temps consacré égal						Temps consacré supérieur pour cette activité	
		← 3	2	1	=	1	2		3 →
1	Aider et soutenir autrui	2	.	Travailler avec les technologies
2	Communiquer avec un grand nombre de personnes	.	.	1	Travailler avec des outils
3	Travailler avec les technologies	3	Réfléchir à des problèmes complexes, abstraits
4	Assumer des tâches administratives	3	Exercer son sens esthétique, exprimer sa sensibilité
5	Travailler avec son corps, sa force physique	1	.	.	Rechercher des idées nouvelles et originales
6	Promouvoir une idée, un produit, un projet	1	.	.	Contrôler l'exécution des tâches
7	Travailler avec des outils	.	.	.	=	.	.	.	Faire preuve de leadership
8	Concevoir et réaliser un projet	.	2	Effectuer des recherches sur des sujets spécifiques
9	Faire preuve de leadership	2	.	Utiliser des mots, des nombres
10	Réfléchir à des problèmes complexes, abstraits	.	.	.	=	.	.	.	Promouvoir une idée, un produit, un projet
11	Utiliser des mots, des nombres	1	.	.	Assumer des tâches administratives
12	Exercer son sens esthétique, exprimer sa sensibilité	2	.	Concevoir et réaliser un projet
13	Travailler en équipe	3	Travailler avec son corps, sa force physique
14	Suivre des consignes	3	Aider et soutenir autrui
15	Rechercher des idées nouvelles et originales	2	.	Suivre des consignes
16	Agir sans règle et sans routine	1	.	.	Communiquer avec un grand nombre de personnes
17	Contrôler l'exécution des tâches	1	.	.	Agir sans règle et sans routine
18	Effectuer des recherches sur des sujets spécifiques	1	.	.	Travailler en équipe
19	Exercer son sens esthétique, exprimer sa sensibilité	3	Utiliser des mots, des nombres
20	Rechercher des idées nouvelles et originales	2	.	Travailler en équipe
21	Agir sans règle et sans routine	2	.	Réfléchir à des problèmes complexes, abstraits
22	Aider et soutenir autrui	1	.	.	Communiquer avec un grand nombre de personnes
23	Assumer des tâches administratives	.	2	Effectuer des recherches sur des sujets spécifiques
24	Suivre des consignes	3	Contrôler l'exécution des tâches
25	Faire preuve de leadership	.	.	.	=	.	.	.	Travailler avec son corps, sa force physique
26	Concevoir et réaliser un projet	1	.	.	Travailler avec les technologies
27	Promouvoir une idée, un produit, un projet	3	Travailler avec des outils
28	Réfléchir à des problèmes complexes, abstraits	.	.	1	Utiliser des mots, des nombres
29	Rechercher des idées nouvelles et originales	.	.	.	=	.	.	.	Aider et soutenir autrui
30	Contrôler l'exécution des tâches	3	Travailler en équipe
31	Communiquer avec un grand nombre de personnes	2	.	Concevoir et réaliser un projet
32	Effectuer des recherches sur des sujets spécifiques	2	.	Agir sans règle et sans routine

À laquelle de ces deux activités souhaitez-vous consacrer le plus de temps?

	Temps souhaité supérieur pour cette activité	Temps souhaité égal						Temps souhaité supérieur pour cette activité
		← 3	2	1	=	1	2	
1	Aider et soutenir autrui	.	.	1	.	.	.	Travailler avec son corps, sa force physique
2	Agir sans règle et sans routine	.	.	1	.	.	.	Assumer des tâches administratives
3	Contrôler l'exécution des tâches	.	2	Exercer son sens esthétique, exprimer sa sensibilité
4	Réfléchir à des problèmes complexes, abstraits	.	.	.	=	.	.	Suivre des consignes
5	Travailler avec les technologies	.	.	.	=	.	.	Agir sans règle et sans routine
6	Travailler avec son corps, sa force physique	2	Faire preuve de leadership
7	Rechercher des idées nouvelles et originales	3	Promouvoir une idée, un produit, un projet
8	Suivre des consignes	.	.	.	=	.	.	Rechercher des idées nouvelles et originales
9	Travailler avec des outils	3	Effectuer des recherches sur des sujets spécifiques
10	Exercer son sens esthétique, exprimer sa sensibilité	2	Aider et soutenir autrui
11	Assumer des tâches administratives	2	Communiquer avec un grand nombre de personnes
12	Utiliser des mots, des nombres	3	Travailler en équipe
13	Faire preuve de leadership	3	Réfléchir à des problèmes complexes, abstraits
14	Concevoir et réaliser un projet	.	.	.	=	.	.	Contrôler l'exécution des tâches
15	Communiquer avec un grand nombre de personnes	.	2	Travailler avec des outils
16	Travailler en équipe	.	.	1	.	.	.	Travailler avec les technologies
17	Effectuer des recherches sur des sujets spécifiques	3	Concevoir et réaliser un projet
18	Promouvoir une idée, un produit, un projet	.	2	Utiliser des mots, des nombres
19	Réfléchir à des problèmes complexes, abstraits	3	Travailler en équipe
20	Agir sans règle et sans routine	.	2	Travailler avec des outils
21	Travailler avec les technologies	3	Assumer des tâches administratives
22	Exercer son sens esthétique, exprimer sa sensibilité	.	.	1	.	.	.	Faire preuve de leadership
23	Promouvoir une idée, un produit, un projet	.	2	Suivre des consignes
24	Effectuer des recherches sur des sujets spécifiques	3	Contrôler l'exécution des tâches
25	Utiliser des mots, des nombres	1	.	Aider et soutenir autrui
26	Concevoir et réaliser un projet	3	Travailler avec son corps, sa force physique
27	Communiquer avec un grand nombre de personnes	3	Rechercher des idées nouvelles et originales
28	Agir sans règle et sans routine	.	.	.	=	.	.	Faire preuve de leadership
29	Réfléchir à des problèmes complexes, abstraits	1	.	Aider et soutenir autrui
30	Effectuer des recherches sur des sujets spécifiques	2	Travailler en équipe
31	Travailler avec son corps, sa force physique	2	Promouvoir une idée, un produit, un projet
32	Travailler avec les technologies	.	.	1	.	.	.	Utiliser des mots, des nombres

Pour laquelle de ces deux activités êtes-vous le plus compétent?

	Compétence supérieure pour cette activité	Compétence égale						Compétence supérieure pour cette activité
		← 3	2	1	=	1	2	
1	Concevoir et réaliser un projet	.	.	1	.	.	.	Effectuer des recherches sur des sujets spécifiques
2	Travailler en équipe	.	.	.	=	.	.	Utiliser des mots, des nombres
3	Aider et soutenir autrui	2	Assumer des tâches administratives
4	Agir sans règle et sans routine	.	2	Rechercher des idées nouvelles et originales
5	Rechercher des idées nouvelles et originales	.	.	.	=	.	.	Exercer son sens esthétique, exprimer sa sensibilité
6	Exercer son sens esthétique, exprimer sa sensibilité	3	Travailler avec des outils
7	Travailler avec son corps, sa force physique	.	2	Faire preuve de leadership
8	Promouvoir une idée, un produit, un projet	2	Travailler avec son corps, sa force physique
9	Réfléchir à des problèmes complexes, abstraits	2	Aider et soutenir autrui
10	Effectuer des recherches sur des sujets spécifiques	3	Travailler en équipe
11	Suivre des consignes	.	.	.	=	.	.	Travailler avec les technologies
12	Travailler avec des outils	.	.	1	.	.	.	Contrôler l'exécution des tâches
13	Utiliser des mots, des nombres	.	2	Promouvoir une idée, un produit, un projet
14	Communiquer avec un grand nombre de personnes	3	Concevoir et réaliser un projet
15	Faire preuve de leadership	3	Suivre des consignes
16	Travailler avec les technologies	3	Réfléchir à des problèmes complexes, abstraits
17	Assumer des tâches administratives	.	.	.	=	.	.	Agir sans règle et sans routine
18	Contrôler l'exécution des tâches	.	.	1	.	.	.	Communiquer avec un grand nombre de personnes
19	Rechercher des idées nouvelles et originales	.	.	.	=	.	.	Travailler avec son corps, sa force physique
20	Faire preuve de leadership	3	Assumer des tâches administratives
21	Utiliser des mots, des nombres	1	.	Concevoir et réaliser un projet
22	Travailler avec des outils	.	.	.	=	.	.	Travailler en équipe
23	Aider et soutenir autrui	.	.	1	.	.	.	Communiquer avec un grand nombre de personnes
24	Travailler avec les technologies	3	Promouvoir une idée, un produit, un projet
25	Contrôler l'exécution des tâches	3	Exercer son sens esthétique, exprimer sa sensibilité
26	Suivre des consignes	.	.	.	=	.	.	Agir sans règle et sans routine
27	Effectuer des recherches sur des sujets spécifiques	.	.	.	=	.	.	Réfléchir à des problèmes complexes, abstraits
28	Travailler avec son corps, sa force physique	1	.	Concevoir et réaliser un projet
29	Contrôler l'exécution des tâches	2	Travailler en équipe
30	Exercer son sens esthétique, exprimer sa sensibilité	1	.	Suivre des consignes
31	Effectuer des recherches sur des sujets spécifiques	.	2	Communiquer avec un grand nombre de personnes
32	Utiliser des mots, des nombres	.	2	Rechercher des idées nouvelles et originales

Votre implication

1. Dans votre travail actuel lorsque vous exercez vos activités vous sentez-vous motivé ?

Très démotivé Démotivé Plutôt démotivé Moyennement motivé **Plutôt motivé** Motivé Très motivé

2. Dans votre travail actuel avez-vous l'occasion de relever des défis stimulants ?

Très rarement Rarement Plutôt rarement Parfois Plutôt souvent Souvent Très souvent

3. Dans votre travail actuel vous arrive-t-il d'avoir envie d'exercer d'autres activités que celles que vous exercez ?

Très souvent **Souvent** Plutôt souvent Parfois Plutôt rarement Rarement Très rarement

4. Dans votre travail actuel éprouvez-vous du plaisir en exerçant vos activités ?

Très rarement Rarement Plutôt rarement **Parfois** Plutôt souvent Souvent Très souvent

Votre qualification

5. Dans votre travail actuel en exerçant vos activités vous arrive-t-il de douter de pouvoir bien les faire ?

Très souvent Souvent Plutôt souvent Parfois Plutôt rarement Rarement **Très rarement**

6. Dans votre travail actuel en exerçant vos activités vous arrive-t-il de ne pas les maîtriser suffisamment ?

Très souvent Souvent Plutôt souvent Parfois Plutôt rarement Rarement **Très rarement**

7. Dans votre travail actuel vous sentez-vous compétent ?

Très peu compétent Peu compétent Plutôt peu compétent Moyennement compétent Plutôt compétent **Compétent** Très compétent

Votre satisfaction au travail

8. Dans quelle mesure êtes-vous satisfait de votre travail actuel ?

Très insatisfait Insatisfait Plutôt insatisfait Moyennement satisfait **Plutôt satisfait** Satisfait Très satisfait