

# Expérience de travail et compétences transférables



Ressources  
pour  
les élèves



## Craignez-vous de manquer d'expérience de travail ?

Vous aurez peut-être l'impression de n'avoir que peu ou pas d'expérience sur votre CV. Les gens laissent souvent cela affecter leur confiance lorsqu'ils cherchent du travail.

Ne vous découragez pas. Vous avez probablement de nombreuses forces appelées «compétences transférables» - qu'il convient de mettre en valeur pour un employeur potentiel. Examinez la liste des différentes compétences et demandez-vous: «Où les ai-je utilisées avant et quand puis-je les utiliser dans le travail auquel je postule?».

Ces compétences transférables peuvent être énumérées sur votre CV.

## Compétences en communication

- parler efficacement
- écouter attentivement
- écrire de manière concise
- exprimer des idées
- Donner des commentaires appropriés
- Noter des messages non verbaux
- Maintien de l'équilibre dans les situations publiques
- Penser rapidement
- rapporter des informations
- décrire les sentiments

## Planification des compétences

- Prévoir ou anticiper
- Créer des idées
- Identifier les problèmes
- Imaginer des alternatives
- Identifier les ressources
- Proposer un changement
- Vendre des produits
- Gérer des conflits

## Compétences générales de travail

- Utiliser des ordinateurs ou du matériel de bureau
- compétences téléphoniques
- coopérative
- Ponctuel
- Suivre les instructions
- Organiser le temps
- Faites attention aux détails
- atteindre les objectifs
- Demander de l'aide
- accepter la responsabilité
- organiser
- Capacité d'adaptation à de nouvelles situations
- Trouver de nouvelles solutions aux problèmes