

Portefeuille des langues & des qualifications

pour migrants et réfugiés



Portefeuille des langues & des qualifications (SQuP)

pour migrants et réfugiés

développé dans le Verein Projekt Integrationshaus
par Verena Plutzer et Ilse Haslinger avec la collaboration
de Mannix Akinfenwa et Angelika Hrubesch dans le cadre
du Partenariat de Développement EQUAL *qualifikation stärkt*

Coordination globale: Verein Interface
Responsabilité financière: Wiener Arbeit-
nehmerInnen Förderungsfonds
Responsabilité du module: Verein
Projekt Integrationshaus

avec le soutien de: *abz.austria*, Autono-
me österreichische Frauenhäuser, Ber-
atungszentrum für Migranten und Migran-
tinnen, Berufsausbildungszentrum des *bfi*
Wien, flexwork GmbH, Ruth Kronsteiner



Programm Management GmbH



encouragé par les moyens du Fonds Social Européen et du Ministère fédéral de l'Économie et du Travail (BMWA)

Mentions légales. Éditeur: Verein Projekt Integrationshaus, Engerthstraße 161-163, 1020 Vienne. Responsable du contenu: Andrea Eraslan-Weninger. Concept/rédaction d'ensemble: Verena Plutzer, Ilse Haslinger. Conception: Andrea Klar, [creation:one] media lab, www.creation-one.com. Impression: Digitaldruck.at Druck- und Handelsges.m.b.H., 2544 Leobersdorf. Photo de couverture: «Graffiti sur mur à Montmartre» www.photocase.de. Lieu d'édition: Vienne, Mai 2005.

*Il en est bien ainsi: c'est à partir des questions
que naît ce qui dure:
pensez à la question de cet enfant:
que fait le vent quand il ne souffle pas?*

Erich Kästner

Ce portefeuille appartient à:

Il a été élaboré du _____ à _____

auprès de l'institution:

(Timbre)

Contenu

	Préface	6
1	Où suis-je maintenant?	12
	Je suis plus que la somme de mes données Intérêts et apprentissage – Aptitudes et connaissances – Formation et formations continues/ supplémentaires – Pratique professionnelle et autres activités – Profil des compétences	14
	Compétences linguistiques Parler et comprendre la langue nationale – Écouter / lire / écrire la langue nationale – Connaissances linguistiques – Grille récapitulative pour l'évaluation de mes connaissances linguistiques – Liste de contrôle pour actions linguistiques dans le travail	20
	Documentation Mon profil professionnel – Liste de mes formations professionnelles et continues – Liste de ma pratique professionnelle – Liste de mes activités supplémentaires – Mes compétences linguistiques – Liste de mes compétences linguistiques sur le travail	27
2	Où veux-je aller?	36
	Points de vue Réflexions sur le sujet «travail» – Réussir dans le processus professionnel – Répartition des rôles entre les sexes dans le travail	38
	Marché du travail Réseaux de contact – Se procurer des informations – Orientation sur le marché du travail – Mon emploi idéal – Mes objectifs professionnels	43
3	Comment y arriver?	48
	La voie vers le travail La voie vers mon emploi-cible	50
	Stratégies d'apprentissage Techniques et stratégies d'apprentissage – Stratégies d'apprentissage de la langue	52
	L'objectif à rejoindre Mon rapport avec le temps – Se fixer des objectifs – Mon plan – Vérifier mon plan – Mon Plan (liste) –Vue annuelle	55
4	Glossaire	62
5	Dossier	65

Qu'est-ce que le portefeuille des langues et des qualifications?

Le portefeuille est un classeur avec des feuilles de travail. À travers le travail avec le portefeuille

- vous prenez conscience des aptitudes, des connaissances, des compétences et des qualifications que vous avez accumulées au fil du temps dans tous les domaines de votre vie.
- vous vous orientez sur le marché du travail et vous développez un profil professionnel adapté à votre personne.
- vous serez soutenus en ce qui concerne un approfondissement ciblé de votre connaissance de la langue nationale en vue du travail.
- vous rassemblez les documents qui vous sont nécessaires pour une candidature à un emploi.
- vous apprenez à vous fixer des objectifs et vous perfectionnez vos techniques d'apprentissage.
- vous planifiez les pas successifs nécessaires pour votre entrée dans la vie professionnelle ou pour votre réorientation professionnelle, de manière à ce que vous et votre environnement personnel puissiez venir à bout de ces changements.

À la différence de l'emploi usuel du terme «portefeuille», le classeur dont il est question n'est pas prévu pour être présenté à d'autres personnes, tels par exemple les portfolios des photographes, dans lesquels sont regroupées les meilleures photos afin de gagner de nouveaux clients. Si vous avez élaboré et tenu à jour le portefeuille, vous disposez alors d'un classeur grâce auquel vos rendements et vos capacités sont visibles à vous-même. Sous forme de listes et en vertu de la collection de vos documents, le portefeuille des langues et des qualifications vous prépare pour la rédaction du curriculum vitae et des lettres de candidature.

Pourquoi le travail avec le portefeuille des langues et des qualifications est-il utile?

L'entrée sur le marché du travail ou l'amélioration de sa propre situation professionnelle ne sont pas choses faciles. C'est pourquoi il nous apparaît d'autant plus important que vous ayez pleine connaissance de vos aptitudes, de vos connaissances et de vos compétences. Ainsi, vous développez non seulement la conscience de votre propre valeur mais aussi de nouvelles perspectives, qui vous ouvriront peut-être des possibilités jusque là inconnues.

Pour prendre conscience de vos capacités, de vos connaissances et de vos compétences, il est important que vous soyez disposés à consacrer du temps au travail avec le portefeuille des langues et des qualifications et que vous ne répondiez pas trop vite ou de manière trop superficielle aux questions posées. Vous trouverez de cette façon la direction à suivre sur le marché du travail, appropriée à votre profil personnel, et vous puiserez de l'énergie pour affronter les changements liés à l'entrée dans la vie professionnelle ou à une réorientation professionnelle.

Qu'est-ce qui vous attend lors du travail avec le portefeuille des langues et des qualifications?

Lors du travail avec le portefeuille, vous serez confrontés surtout à la réflexion, c'est-à-dire à réfléchir sur le passé, le présent et l'avenir, ainsi qu'à un échange d'idées avec d'autres. De cette manière vous prendrez au mieux conscience de vos propres capacités et facultés, ainsi que de vos attentes et de vos objectifs. Le portefeuille des langues et des qualifications vous pose des questions détaillées sur tous les domaines de votre vie qui pourraient être importants pour votre orientation professionnelle.

Les réponses que vous donnez aux questions ne peuvent pas être jugées comme étant «correctes» ou «fausses» par d'autres que vous. Vous-même seulement savez si la réponse que vous donnez est valable, et c'est seulement vous qui décidez ce que vous voulez raconter à une autre personne. Rien de cela ne sera répété, vérifié ou jugé, si vous ne le voulez pas.

Il sera cependant utile pour vous de partager vos pensées avec d'autres personnes. Cela vous ouvre d'autres perspectives, vous permettant ainsi de voir plus de possibilités qu'avant. Ce que vous voulez accepter ou non des autres reste naturellement votre propre décision.

Si vous utilisez le portefeuille des langues et des qualifications dans le cadre d'un cours, profitez alors de l'occasion pour échanger des idées avec vos collègues et vos entraîneurs. Si vous désirez ne pas traiter certaines questions pendant le cours, réfléchissez à une personne externe avec laquelle vous désirez parler du sujet. Si vous préférez répondre à certaines questions pour vous seuls, cela aussi est possible.

Comment le portefeuille des langues et des qualifications est-il structuré?

La structure du portefeuille des langues et des qualifications répond aux trois questions fondamentales *Où suis-je maintenant? Où veux-je aller? Comment y arriver?*

Dans la première partie, «*Où suis-je maintenant?*», vous mettez en évidence vos aptitudes, vos connaissances, vos compétences et vos qualifications à l'aide des questions.

Dans la deuxième partie, «*Où veux-je aller?*», vous réfléchissez à votre attitude vis à vis du travail et de la vie active. Vous vous faites une idée d'ensemble du marché du travail, de manière à pouvoir vous préparer à affronter le quotidien dans la vie professionnelle.

Dans la troisième partie, «*Comment y arriver?*», vous vous intéressez au moyen pour atteindre votre objectif professionnel.

Dans la quatrième partie, «*Glossaire*», vous avez la possibilité de noter les mots importants et leur signification.

Dans la cinquième partie, «*Dossier*», vous pouvez classer vos certificats/bulletins, vos attestations de suivi de cours, vos certificats de travail et d'autres attestations.

Langage du portefeuille

Le langage du portefeuille n'est pas toujours très facile à comprendre, non seulement car il contient beaucoup de mots qui appartiennent déjà au langage spécifique du domaine du travail et de l'emploi, mais aussi parce qu'à la base des questions du portefeuille se trouvent des idées qui se rapportent à une réalité qui vous est peut-être encore étrangère. Pour cette raison, le travail avec le portefeuille peut être d'une grande utilité pour vous, en vous apprenant d'importants mots nouveaux qui vous ouvrent en même temps un aperçu des normes et des règles du monde local du travail. Pour cela vous devez comprendre exactement les questions, car ce sont finalement les contenus qui sont importants. Si vous rencontrez des difficultés à ce niveau, demandez des explications ou consultez une des traductions. Et puisque vous donnez les réponses avant tout et en premier lieu pour vous-mêmes, vous pouvez bien entendu les formuler dans votre langue maternelle. Toutefois, en ce qui concerne l'acquisition de la langue étrangère, il serait avantageux pour vous d'essayer d'exprimer le plus de choses possibles dans la langue nationale. Pour votre entrée dans la vie professionnelle, vous devriez en tous cas être en mesure de vous exprimer dans la langue nationale.

Comment le portefeuille des langues et des qualifications a-t-il été conçu?

Dans les années 2002 à 2005, l'Union européenne a lancé un programme ayant pour but de promouvoir l'entrée de certains groupes précis sur le marché du travail à l'aide de projets innovateurs. Le programme s'appelait EQUAL 1 (angl. égal) et il prescrivait que les projets devaient être réalisés en partenariat. Ces partenariats devaient regrouper d'importants représentants sur le plan politique et professionnel, afin que les contenus des projets soient le plus possible variés et efficaces. En outre, les partenariats devaient coopérer avec des partenaires provenant des autres pays de l'Union européenne, dans le but d'échanger leurs expériences.

À Vienne, un partenariat constitué d'institutions de formation, d'associations de migrants et d'acteurs politiques sur le marché du travail s'est réuni dans le but de développer de nouveaux instruments visant à faciliter l'accès des migrants aux institutions de formation et au marché du travail. Le point de départ du partenariat nommé Qualifikation stärkt («La qualification rend forts») était l'expérience d'après laquelle les migrants apportent avec eux de multiples qualifications et compétences dans les pays d'accueil, mais celles-ci ne sont pas dûment reconnues et mises à profit. D'autre part, les migrants peuvent faire un usage seulement limité des offres existantes de formation et de formation continue, étant donné qu'ils ont des exigences spécifiques (par ex., en raison de leur plurilinguisme) qui, souvent, ne sont pas prises en considération par les institutions de formation.

Dans le cadre du partenariat Qualifikation stärkt différents projets ont été réalisés, par ex. l'instauration d'un service de consultation destiné aux migrants pour la formation continue et pour la qualification, ainsi que le développement et l'expérimentation du présent portefeuille des langues et des qualifications.

Les partenaires du Wiener Integrationshaus (Maison viennoise pour l'intégration) étaient le abzwien (association à but non lucratif en faveur des femmes), la Arbeiterkammer Wien (la Chambre du travail de Vienne), le centre de consultation pour les migrants, le BFI Wien (l'Institut pour l'aide professionnelle de Vienne), la flexwork GmbH (S.a.r.l.), l'association Autonome Frauenhäuser Österreichs (AÖF), la waff Programm Management GmbH (S.a.r.l.), la Wirtschaftskammer Wien (la Chambre Économique de Vienne) et le Wiener Integrationsfonds (Fonds viennois pour l'intégration). Les partenaires transnationaux étaient mare – migration et travail Rhein-Main en Allemagne et Nieuwkomers aan de slag aux Pays-Bas.

En guise d'encouragement

À la suite, nous avons sélectionné quelques citations des participants au travail avec le portefeuille des langues et des qualifications, afin de montrer que l'effort en vaut la peine.

«Ce que j'emporte avec moi: si tu veux vraiment atteindre un objectif professionnel, tu dois réfléchir pas à pas à comment rejoindre ton but.» (Sunita)

«Je soignais des familiers âgés et pensais que c'était seulement une activité privée. Grâce au portefeuille, j'ai pu constater que c'est une tâche dont la valeur est aussi professionnelle.» (Linnet)

«On apprend tant que l'on vit.» (Zarin)

«Je sais maintenant comment et où je peux apprendre. J'ai appris comment et où je peux me servir de mon expérience. Je sais comment je peux communiquer mes idées concernant ma vie.» (Maria)

«Rien n'est sans issue – il y a beaucoup d'institutions et de personnes qui peuvent aider, mais il faut savoir qu'elles existent.» (Basmah)

«Je me suis rendu compte que je comprends et apprends moi-même mieux les choses, quand je les explique à quelqu'un d'autre.» (Trajko)

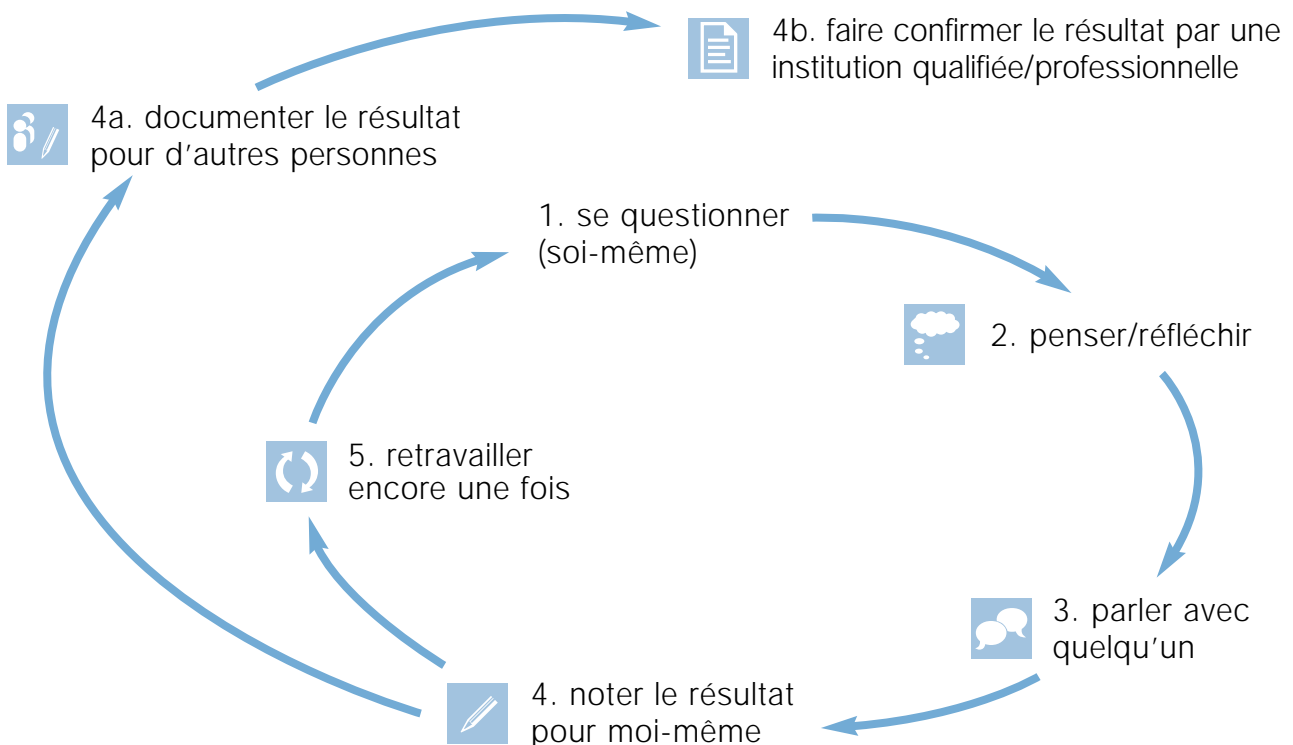
Processus de maniement du portefeuille

Le portefeuille des langues et des qualifications est un «portefeuille-processus». Cela veut dire que la grande valeur du travail avec le portefeuille réside dans le maniement même du portefeuille. C'est pourquoi il est important que vous consacriez un temps suffisant à ce processus et que vous respectiez les pas/étapes que nous exposerons à la suite. Si en cela vous êtes attentifs aux constatations que vous ferez lors du processus de maniement du portefeuille, vous tirerez sûrement profit du travail avec cet outil.

1. En premier lieu, lisez les questions et prenez le temps de réfléchir à ce qu'elles déclenchent en vous.
2. Réfléchissez et permettez vous de ne pas répondre tout de suite aux questions, mais simplement de recueillir ce qui vous vient à l'esprit à ce sujet.
3. Parlez ensuite de cela avec quelqu'un d'autre, qui peut être un/e collègue, le/a responsable du cours ou encore une autre personne qui vous est familière. Profitez de l'occasion pour échanger des idées, posez des questions et laissez que l'on vous en pose! Soyez à l'écoute d'autres expériences et points de vue!

4. C'est seulement après cela que vous noterez ce qui, après la conversation, vous semble important en rapport avec la question. À cette occasion vous ne devez pas forcément répondre à chaque question. Ce qui importe, c'est que vous notiez ce qui vous apparaît important à vous personnellement.
 - a. Il y a des feuilles de travail qui, sous forme de listes, regroupent des informations sur vous. Elles ont un but de documentation face à d'autres personnes, au cas où vous en auriez besoin.
 - b. Vous pourrez faire confirmer certaines de ces informations par l'institution auprès de laquelle vous traitez/travaillez le portefeuille des langues et des qualifications, ou par une autre institution.
5. Au cours du temps, posez-vous à nouveau certaines parmi les questions et complétez certaines parmi les feuilles. Ainsi, il vous sera possible de suivre vous-mêmes votre procès de développement et de le visualiser.

Ci-dessous, à nouveau le processus avec les symboles que vous trouverez également dans le portefeuille:



travailler cette page seulement dans le groupe et/ou avec la personne qui vous accompagne au cours du travail avec le portefeuille

1 Où suis-je maintenant ?

Je suis plus que la somme de mes données

Compétences linguistiques

Documentation



Je suis plus que la somme de mes données – Compétences linguistiques – Documentation

Lorsque l'on cherche de nouvelles voies, il est toujours bon d'effectuer en premier lieu une sorte d'identification du point où l'on se trouve. Vous verrez alors clairement, où vous vous trouvez actuellement et comment vous y êtes arrivés, qu'est-ce que vous avez déjà accompli et achevé dans votre vie, et quelles aptitudes, connaissances et qualifications - c'est-à-dire quelles compétences - vous avez développé au fil du temps. Vos intérêts vous dévoileront en outre les potentialités dont vous disposez, même si elles ne se sont pas encore manifestées clairement (et ne sont pas développées à un niveau professionnel).

Un regard sur votre attitude face aux nouveautés fournit des indications sur votre rapport personnel face à l'apprentissage. Activités professionnelles, cours de formation et formations continues – tout cela vous a rapporté bien plus que les pures connaissances techniques. Même si vous n'avez jamais exercé une activité (rémunérée), votre vie a jusqu'ici été riche en expérience. Grâce à cela, et peut-être sans en être pleinement conscients, vous avez accumulé beaucoup de connaissances sur lesquelles vous pouvez bâtir dans l'avenir.

Vos chances et vos possibilités sur le marché du travail sont par ailleurs liées à votre connaissance de la langue nationale qu'il est important d'améliorer si vous voulez rejoindre vos objectifs. Mais ici aussi, il faut d'abord réfléchir à quelles sont les langues que vous parlez déjà et à où vous utilisez lesquelles d'entre ces langues. Quand vous aurez les idées claires sur ce que vous devez faire dans la langue nationale dans le milieu professionnel, vous apprendrez avec plus de facilité – vous pouvez vous-même décider ce qu'il vous faut apprendre ultérieurement.

Si vous regardez en arrière et faites le bilan de votre vie, cela vous donnera des idées importantes sur la manière dont les choses pourraient continuer pour vous. Tous les contenus de cette partie dans laquelle vous mettez en évidence vos capacités et vos connaissances vous fournissent des informations utiles si vous choisissez d'entreprendre un futur métier ou une formation en Autriche. C'est la raison pour laquelle cette partie est particulièrement détaillée. Il s'agit en fin de compte de découvrir vos «trésors cachés».

Intérêts et apprentissage

- Quels intérêts, quelles passions ou quels passe-temps ai-je ou avais-je?
- Quelles connaissances et capacités ai-je développé grâce à cela?



- Quelle est mon attitude face à l'apprentissage?
- Qu'est-ce que j'associe à ce qui est nouveau ou inconnu?
- Comment je développe de nouvelles aptitudes?



Aptitudes et connaissances

Je pense à mes activités au sein de la famille, du travail, et dans les autres domaines de ma vie quotidienne:

- En quoi suis-je particulièrement bon/bonne? À quoi est-ce que je m'en rends compte?
- Comment ai-je appris cela, quand et grâce à qui?
- Avais-je des modèles? Qui étaient-ils? Et pourquoi?
- Qu'est-ce que je veux encore apprendre?



Formation et formations continues/supplémentaires

- Quelles écoles ai-je fréquenté?
- Quelles formations et cours ai-je suivi après l'école?
- Quand, où, et pour combien de temps?



- Quels contenus ont été transmis? Quelles matières ai-je suivies?
- Quels sujets/contenus m'intéressaient particulièrement? Pourquoi?
- Quelles matières étaient faciles pour moi? Lesquelles étaient difficiles? Pourquoi?
- Quelles connaissances et aptitudes ai-je développé à cette occasion?
- Que diraient de moi des personnes de mon entourage (enseignant(e)s, collègues, membres de la famille ...)?



Pratique professionnelle et autres activités

- Quel travail, rémunéré ou non, ai-je effectué jusqu'à présent? (Métier, participation à l'activité de l'entreprise familiale, travail au foyer, collaboration dans des organisations politiques, associations, assistance aux personnes âgées, ...)
- Quand, où, pour combien de temps?
- Quelles étaient mes activités? Quelles étaient mes fonctions/tâches?
- Comment se présentait une journée typique de travail?



- Où ai-je acquis les connaissances ou les capacités nécessaires à l'accomplissement de mes fonctions?
- Quelles connaissances et capacités ai-je développé à cette occasion?
- Quelles tâches et activités étaient faciles à accomplir pour moi? Lesquelles étaient difficiles? Pourquoi?
- Que diraient de moi des personnes de l'entourage (chef, collègues, collaborateurs/collaboratrices, client(e)s, membres de la famille ...)?



Profil des compétences 1

Aptitude/Compétence	oui	plutôt oui	plutôt non	non
Motivation personnelle				
S'enthousiasmer pour ses objectifs				
Se procurer des informations de façon autonome				
Organisation personnelle/Management personnel				
Développer des objectifs pour sa propre vie				
Réaliser les objectifs fixés				
Gérer le temps				
Veiller à sa propre santé				
Sens de responsabilité				
Évaluer les conséquences de ses propres actions				
Accomplir les tâches de manière fiable				
Respecter les accords				
Résistance, capacité de gestion du stress				
Agir sous pression				
Patience				
Ne pas renoncer à accomplir une tâche				
Réaliser des tâches malgré les obstacles				
Réagir de manière constructive face aux incidents/imprévus				
Capacité de communication				
Établir des contacts				
Écouter plus longtemps avec concentration				
Exposer clairement des faits compliqués				
Exprimer les critiques de manière à les faire accepter				
Trouver des solutions à travers la communication verbale				
Examiner de manière critique son propre comportement				



Profil des compétences 2

Aptitude/Compétence	oui	plutôt oui	plutôt non	non
Capacité de coopération/à travailler en équipe				
Savoir accepter du soutien				
Savoir offrir du soutien				
Passer des compromis				
Créer et maintenir la cohésion				
Capacité à gérer les conflits				
Chercher activement une solution en cas de divergences d'opinions				
Considérer les opinions divergentes comme représentant une chance				
Orientation vers les solutions				
Réaliser des solutions				
Trouver des issues à des situations difficiles				
Être capable de s'imposer				
Flexibilité et mobilité				
Adapter des objectifs à de nouvelles conditions				
Faire face simultanément à différentes exigences				
Être ouvert à de nouvelles tâches				
Capacité d'organisation				
Coordonner différents objectifs				
Faire des projets à long terme				
Coordonner la gestion du temps en tenant compte des besoins de tous				
Déléguer des tâches aux autres				
Veiller à la rentabilité et à la qualité				
Prendre des décisions				



Parler et comprendre la langue nationale

Je réfléchis à quelle est la langue que j'utilise dans quelles situations, afin que je puisse améliorer mes compétences linguistiques de manière ciblée:

- Avec qui je parle dans ma langue maternelle?
- Avec qui je parle dans d'autres langues?
- Avec qui je parle dans la langue nationale? Est-ce que je parle volontiers dans la langue nationale ?
- Où est ce que je veux pouvoir parler dans la langue nationale? Dans quel but?



Je constate quelles sont les conditions dont j'ai besoin pour pouvoir parler dans la langue nationale:

- Où puis-je m'exprimer dans la langue nationale sans avoir besoin d'aide?
- De quelle atmosphère ai-je besoin pour cela?
- Dans quelle situation serait-il bon de pouvoir parler seul et sans aide?



Écouter / lire / écrire la langue nationale

- Je réfléchis à ces questions aussi en ce qui concerne l'écoute.



- Je réfléchis à ces questions aussi en ce qui concerne la lecture.



- Je réfléchis à ces questions aussi en ce qui concerne l'écriture.



Connaissances linguistiques

- Quelles sont les langues que je parle et à quel niveau?
- J'évalue mes connaissances linguistiques dans toutes les langues que je parle, d'après la grille récapitulative.



- Quelles sont mes connaissances dans la langue nationale en ce qui concerne la pratique professionnelle?
- J'évalue mes connaissances linguistiques à l'aide des listes de contrôle.



- Je vérifie mes évaluations figurant dans les listes de contrôle avec le responsable du cours ou avec mon assistant(e) social.



Grille récapitulative pour l'évaluation de mes connaissances linguistiques 1*

	A1 (un peu)	A2 (assez bien)	B1 (bien)
écouter	J'arrive à comprendre des mots familiers et des phrases très simples qui se rapportent à moi-même, à ma famille ou à des choses concrètes autour de moi, à condition que l'on parle lentement et de façon distincte	J'arrive à comprendre des phrases isolées et les mots les plus courants, quand il s'agit de choses importantes pour moi (par ex. de très simples informations sur ma personne et sur ma famille, les achats, le travail, l'entourage le plus proche). Je comprends l'essentiel des communications et des communiqués brefs, clairs et simples.	Je peux comprendre les points principaux, quand une langue standard claire est employée, et quand il s'agit de sujets familiers du domaine du travail, de l'école, des loisirs, etc. Lorsque l'on parle relativement lentement et de manière distincte, j'arrive à capter l'information principale dans beaucoup d'émissions radio ou télévisées traitant d'événements actuels et d'arguments appartenant à mon domaine professionnel ou à mes domaines d'intérêts.
lire	J'arrive à comprendre des noms, familiers isolés ainsi que des mots et des phrases très simples, par ex. sur des panneaux/écrans, des affiches ou dans des catalogues.	Je suis en mesure de lire des textes très courts et simples. J'arrive à trouver des informations concrètes, prévisibles dans des textes quotidiens simples (par ex. annonces, prospectus, indicateurs horaires), et j'arrive à comprendre des communications brèves et simples.	Je suis en mesure de comprendre des textes dans lesquels apparaît surtout le langage quotidien ou professionnel très usuel (par ex. annonces d'emplois, brochures de formations continues)
participer à des conversations	Je peux communiquer de manière simple, si mon interlocuteur est prêt à répéter un peu plus lentement ce qu'il a dit ou à le formuler autrement, et s'il m'aide à formuler ce que j'essaie de dire. Je suis en mesure de poser des questions simples et de répondre à des questions simples, tant qu'il s'agit de choses immédiatement nécessaires et de thèmes très familiers.	Je suis en mesure de communiquer dans des situations simples et habituelles, dans lesquelles il est question d'un échange d'informations simple et direct, ainsi que d'activités et d'arguments familiers. Je peux soutenir une conversation de contact très courte, mais d'habitude je ne comprends pas suffisamment pour maintenir la conversation vivante.	Je peux venir à bout de la plupart des situations que je rencontre dans ma vie quotidienne. Je peux, sans préparation, participer à des conversations sur des arguments qui me sont familiers. Je peux élucider avec quelqu'un le déroulement ultérieur dans des situations simples.
parler de façon cohérente	Je suis en mesure d'utiliser des tournures et des phrases simples pour décrire des personnes que je connais et pour expliquer où j'habite	A l'aide d'une série de phrases et de moyens simples, je suis en mesure de décrire, par ex., ma famille, d'autres personnes, mon travail, ma situation de logement, ma formation et mon activité professionnelle actuelle ou précédente.	Je suis en mesure de m'exprimer par des phrases simples et cohérentes, pour décrire expériences et événements, ou bien mes rêves, mes espoirs et mes objectifs. Je peux expliquer et justifier brièvement mes opinions et mes projets.
écrire	Je suis en mesure d'écrire des textes courts et simples, par ex. des listes. Je peux inscrire mon nom, mon adresse, ma nationalité, etc. dans des formulaires (par ex. certificat de résidence)	Je suis en mesure d'écrire une communication brève et simple, et une lettre personnelle très simple : par ex. dans le carnet scolaire de mon enfant. Je peux inscrire mes données dans des formulaires, par ex. une fiche individuelle.	Je peux écrire des textes simples et cohérents sur des sujets qui me sont familiers ou qui m'intéressent personnellement. Je peux écrire des communications et des comptes rendus plus longs. Je peux écrire des lettres officielles avec l'aide d'une tierce personne.



* d'après le cadre européen commun de référence pour les langues du Conseil de l'Europe/Strasbourg, avec des modifications spécifiques selon les domaines



Grille récapitulative pour l'évaluation de mes connaissances linguistiques 2*

	B2 (très bien)	C1 (excellent)	C2 (parfait)
lire	Je peux comprendre de longs discours et suivre également une argumentation complexe si le sujet m'est relativement familier. À la télévision je peux comprendre la plupart des émissions d'informations et des reportages actuels. Je peux comprendre la plupart des films, tant qu'il s'agit de la langue standard.	Je peux suivre de longues contributions, même si elles ne sont pas clairement structurées et si les contextes ne sont pas exprimés de façon explicite. Je peux comprendre les émissions télévisées et les films sans trop de peine.	Je n'ai aucune difficulté à comprendre la langue parlée, soit en direct soit dans les médias, et cela même quand elle est parlée rapidement. J'ai seulement besoin d'un peu de temps pour m'habituer à un accent particulier.
lire	Je peux lire et comprendre des articles et des comptes rendus sur des problèmes actuels, dans lesquels les auteurs soutiennent une position/un point de vue défini(e), par ex. dans les journaux. Je peux comprendre des textes qui décrivent des règles et qui donnent des instructions, par ex. modes d'emploi, règlements intérieurs d'entreprises. Je peux comprendre des articles spécialisés qui se rapportent à mon domaine professionnel.	Je peux comprendre des textes spécifiques longs et compliqués, et je perçois les nuances de sens. Je peux comprendre des articles spécialisés et de longues instructions techniques, même si elles ne se rapportent pas à mon domaine professionnel.	Je peux lire sans peine presque tous les textes écrits, même s'ils sont abstraits ou si leur contenu et leur langage sont complexes, par ex. manuels, articles spécialisés et œuvres littéraires.
participer à des conversations	Je peux m'exprimer aussi spontanément et couramment, qu'une conversation normale avec une personne de langue maternelle est tout à fait possible. Dans des situations familières, je peux participer activement à une discussion, et expliquer/défendre mes opinions. Je peux élucider d'autres démarches dans des situations complexes.	Je peux m'exprimer spontanément et couramment, sans devoir visiblement chercher mes mots trop souvent. Je peux utiliser la langue dans la vie sociale et professionnelle de manière efficace et flexible. Je peux exprimer mes pensées et opinions avec précision, et relier habilement mes propres interventions à celles des autres.	Je peux participer sans peine à toutes les conversations et les discussions, et je connais bien les expressions idiomatiques et les tournures familières. Je peux parler couramment et exprimer aussi de fines nuances de sens. En cas de difficultés d'expression, je fais si bien recours à d'autres expressions, que cela passe presque inaperçu.
parler de façon cohérente	Je peux expliquer mon point de vue sur une question d'actualité et indiquer les avantages/inconvénients des différentes possibilités. Lors d'un entretien d'embauche, je peux présenter ma personne, mes qualifications et mes compétences. Je peux parler de mon passé professionnel et de mes perspectives.	Je peux exposer clairement des faits complexes en reliant des argumentations, en développant particulièrement certains aspects et en concluant mon intervention de manière appropriée.	Je peux exposer et discuter des faits clairement, couramment et dans un style approprié à la situation. Je peux structurer logiquement ma présentation, et permettre ainsi aux auditeurs de reconnaître plus facilement les points importants et de les mémoriser.
écrire	Je peux restituer des informations dans un rapport ou exposer arguments et contre arguments pour ou contre un certain point de vue. Je peux écrire des lettres officielles seul(e) ou avec un peu d'aide.	Je peux m'exprimer de façon claire et bien structurée à l'écrit, et exposer mon opinion avec précision. Dans des lettres, des dissertations ou des comptes rendus je peux écrire sur des faits complexes et souligner les aspects fondamentaux pour moi. Dans mes textes je peux choisir le style approprié aux différents lecteurs.	Je peux écrire clairement, couramment et dans le style approprié au but en question. Je peux écrire des lettres de haut niveau et des rapports ou articles complexes, qui exposent un fait de façon bien structurée en aidant ainsi le lecteur à reconnaître les points importants et à les mémoriser. Je peux résumer par écrit des textes spécialisés et des œuvres littéraires et les discuter.



* d'après le cadre européen commun de référence pour les langues du Conseil de l'Europe/Strasbourg, avec des modifications spécifiques selon les domaines



Liste de contrôle pour les actions linguistiques dans le travail 1

Actions linguistiques et possibilité de vérification	Je peux ...	parler	écouter	écrire	lire
Décrire et comprendre les déroulements					
Par ex. ma vie quotidienne: que fais-je au cours de la journée? Par quoi est-ce que je commence? Que fais-je ensuite? Avec quoi est-ce que je termine ma journée?	Je peux facilement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Je peux avec de l'aide	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Décrire et comprendre les règles					
Par ex. celles d'un jeu: quel est le but du jeu? Que doivent faire les joueurs? Que ne doivent-ils pas faire? Quand le jeu se termine-t-il? Ou par ex. les règles d'un domaine d'activité que je connais.	Je peux facilement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Je peux avec de l'aide	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Structurer, décrire et comprendre des processus					
Par ex. repasser une chemise, changer une ampoule. Ou: une autre activité que je connais	Je peux facilement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Je peux avec de l'aide	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Comprendre les informations données par les médias					
Répondeur téléphonique	Je peux facilement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Je peux avec de l'aide	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Offres d'emploi	Je peux facilement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Je peux avec de l'aide	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Brochures de formations continues	Je peux facilement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Je peux avec de l'aide	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Prospectus (Folder)	Je peux facilement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Je peux avec de l'aide	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Article de journal	Je peux facilement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Je peux avec de l'aide	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Affiches	Je peux facilement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Je peux avec de l'aide	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...	Je peux facilement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Je peux avec de l'aide	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mener une conversation pendant la pause					
	Je peux facilement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Je peux avec de l'aide	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Liste de contrôle pour les actions linguistiques dans le travail 2

Actions linguistiques et possibilité de vérification	Je peux...
<p>Lire et comprendre les offres d'emploi Par ex. comparer les offres d'emploi à mes aptitudes et mes qualifications, et établir si je conviens pour ce poste de travail</p>	<input type="checkbox"/> Je peux facilement <input type="checkbox"/> Je peux avec de l'aide ou en faisant bcp de fautes
<p>S'informer Par ex. si je ne comprends pas quelqu'un</p>	<input type="checkbox"/> Je peux facilement <input type="checkbox"/> Je peux avec de l'aide ou en faisant bcp de fautes
<p>Éclaircir les malentendus Par ex. si quelqu'un m'a mal compris</p>	<input type="checkbox"/> Je peux facilement <input type="checkbox"/> Je peux avec de l'aide ou en faisant bcp de fautes
<p>Exprimer les besoins Par ex. si j'ai besoin de quelque chose et si je dois demander quelque chose à quelqu'un</p>	<input type="checkbox"/> Je peux facilement <input type="checkbox"/> Je peux avec de l'aide ou en faisant bcp de fautes
<p>Prendre position Par ex. si je suis d'un avis différent de celui d'un(e) collègue ou de mon/ma supérieur(e)</p>	<input type="checkbox"/> Je peux facilement <input type="checkbox"/> Je peux avec de l'aide ou en faisant bcp de fautes
<p>Clarifier la procédure ultérieure Par ex. si je fais quelque chose en commun avec une ou un collègue, comme écrire un texte, préparer un repas, ...</p>	<input type="checkbox"/> Je peux facilement <input type="checkbox"/> Je peux avec de l'aide ou en faisant bcp de fautes
<p>Fixer des rendez-vous Par ex. prendre rendez-vous avec le médecin</p>	<input type="checkbox"/> Je peux facilement <input type="checkbox"/> Je peux avec de l'aide ou en faisant bcp de fautes
<p>Instruire/former quelqu'un Par ex. puis-je expliquer une tâche/activité à quelqu'un, de manière à ce qu'il ou elle puisse l'accomplir/l'exercer ensuite?</p>	<input type="checkbox"/> Je peux facilement <input type="checkbox"/> Je peux avec de l'aide ou en faisant bcp de fautes
Téléphoner	
Demander des informations	<input type="checkbox"/> Je peux facilement <input type="checkbox"/> Je peux avec de l'aide
Fournir des informations	<input type="checkbox"/> Je peux facilement <input type="checkbox"/> Je peux avec de l'aide
Me faire porter malade	<input type="checkbox"/> Je peux facilement <input type="checkbox"/> Je peux avec de l'aide
Laisser un message sur un répondeur téléphonique	<input type="checkbox"/> Je peux facilement <input type="checkbox"/> Je peux avec de l'aide



Mon profil professionnel

Je suis ...



Je peux ...



Liste de mes formations professionnelles et continues

Année (de - à)

Nom de l'école dans la langue nationale et en allemand

Connaissances et aptitudes

Diplôme de fin d'études/Diplôme délivré le, reconnu/traduit le/par



Année (de - à)

Nom de l'école dans la langue nationale et en allemand

Connaissances et aptitudes

Diplôme de fin d'études/Diplôme délivré le, reconnu/traduit le/par



Année (de - à)

Nom de l'école dans la langue nationale et en allemand

Connaissances et aptitudes

Diplôme de fin d'études/Diplôme délivré le, reconnu/traduit le/par



Liste de mes formations professionnelles et continues (suite)

Année (de - à)

Nom de l'école dans la langue nationale et en allemand

Connaissances et aptitudes

Diplôme de fin d'études/Diplôme délivré le, reconnu/traduit le/par



Année (de - à)

Nom de l'école dans la langue nationale et en allemand

Connaissances et aptitudes

Diplôme de fin d'études/Diplôme délivré le, reconnu/traduit le/par



Année (de - à)

Nom de l'école dans la langue nationale et en allemand

Connaissances et aptitudes

Diplôme de fin d'études/Diplôme délivré le, reconnu/traduit le/par



Liste de ma pratique professionnelle

Année (de - à)

Nom, branche et
siège de l'entreprise

Employé comme

Connaissances et aptitudes

Certificats de travail,
attestations



Année (de - à)

Nom, branche et
siège de l'entreprise

Employé comme

Connaissances et aptitudes

Certificats de travail,
attestations



Année (de - à)

Nom, branche et
siège de l'entreprise

Employé comme

Connaissances et aptitudes

Certificats de travail,
attestations



Liste de ma pratique professionnelle (suite)

Année (de - à)

Nom, branche et
siège de l'entreprise

Employé comme

Connaissances et aptitudes

Certificats de travail,
attestations



Année (de - à)

Nom, branche et
siège de l'entreprise

Employé comme

Connaissances et aptitudes

Certificats de travail,
attestations



Année (de - à)

Nom, branche et
siège de l'entreprise

Employé comme

Connaissances et aptitudes

Certificats de travail,
attestations




Liste de mes activités supplémentaires (foyer, fonctions honorifiques, intérêts, etc.)

Année (de - à)

Activité

Connaissances et aptitudes

Attestations




Année (de - à)

Activité

Connaissances et aptitudes

Attestations




Année (de - à)

Activité

Connaissances et aptitudes

Attestations




Liste de mes activités supplémentaires (suite) (foyer, fonctions honorifiques, intérêts, etc.)

Année (de - à)

Activité

Connaissances et aptitudes

Attestations




Année (de - à)

Activité

Connaissances et aptitudes

Attestations




Année (de - à)

Activité

Connaissances et aptitudes

Attestations



Mes compétences linguistiques

Lingue:

certifié

comprendre – écouter

comprendre –lire

parler (dialogue/conversation)

parler (monologue)

écrire



Lingue:

certifié

comprendre – écouter

comprendre –lire

parler (dialogue/conversation)

parler (monologue)

écrire



Lingue:

certifié

comprendre – écouter

comprendre –lire

parler (dialogue/conversation)

parler (monologue)

écrire



2 OÙ VEUX-JE ALLER ?

Points de vue

Marché du travail



Points de vue – Marché du travail

Dans cette deuxième partie de votre portefeuille vous serez instruits/guidés pour pouvoir vous orienter sur le marché du travail et pour réfléchir à celles parmi vos aptitudes et vos connaissances que vous pouvez et voulez mettre en œuvre ici.

Vous réaliserez quelles sont, dans votre entourage, les personnes et les institutions qui sont utiles et quelles sont les sources d'informations que vous pouvez utiliser pour votre orientation professionnelle. À la fin de cette partie vous développerez des idées concernant un emploi éventuel, et vous élaborerez un premier objectif professionnel concret.

Avant cela il est cependant important que vous réfléchissiez à votre point de vue personnel sur la vie professionnelle et sur tout ce qui en fait partie. Être conscient des règles du jeu valables dans le monde du travail et réfléchir à vos attentes est, à notre avis, un présupposé tout aussi décisif pour la réussite de votre entrée dans la vie professionnelle que votre compétence et vos connaissances professionnelles.

Réflexions sur le sujet «travail»

Notre point de vue sur le travail et ce que le travail signifie pour nous influence nos actions professionnelles, nos décisions et notre bien-être.

- Quel est mon point de vue sur le travail, le rendement, la réussite et la satisfaction?
- Quels sont les proverbes sur le thème «travail» que je connais?
- Quelles sont les personnes que j'admire pour ce qu'elles accomplissent?
- Quelles sont les choses importantes dans la vie professionnelle, que je nommerai plus tard à mes petits-fils?
- Puis-je reconnaître des différences entre mes idées/attentes et la réalité que je perçois?



Réussir dans le processus professionnel 1

La vie professionnelle est déterminée par des règles, et connaître ces règles est une condition préliminaire pour mon accès ou mon retour à la vie professionnelle:

- Que devrais-je faire pour NE PAS réussir dans la vie professionnelle?



Réussir dans le processus professionnel 2

Chacun de nous joue un «rôle» dans la vie professionnelle. À ce «rôle» sont associées des attentes, qui déterminent mes actions, mes décisions et mon bien-être:

- Qu'est-ce que j'attends d'un(e) «bon(ne)» supérieur(e)? Pourquoi?
- Qu'est-ce que j'attends d'un(e) «bon(ne)» collègue? Pourquoi?
- Qu'est-ce que j'attends d'un(e) «bon(ne)» collaborateur/collaboratrice? Pourquoi?



- Qu'est-ce que je ne pourrais en aucun cas accepter? Pourquoi?
- Comment/en quoi mes attentes se distinguent-elles de celles des autres?
- Et comment suis-je?



Répartition des rôles entre les sexes dans le travail

Femmes et métier: comment cela s'accorde-t-il pour moi?

- Quels sont les métiers typiquement féminins et quels sont les métiers typiquement masculins?
- Quand et où travaillent encore les femmes? Quand et où travaillent encore les hommes?
- Comment cela se passe-t-il chez moi? Comment aimerais-je que les choses se déroulent à l'avenir?
- Que cela signifie-t-il pour la famille?



Réseaux de contact

Un réseau de contact est constitué de personnes que je connais, avec lesquelles je suis en contact et qui peuvent m'aider, quand j'ai besoin de soutien. Je me fais une idée de mes réseaux de contact:

- Quels sont mes rapports/relations? Qui est important pour moi? Avec qui suis-je en contact?
- Avec qui parmi ces personnes pourrais-je parler et apprendre l'allemand?
- Lesquelles parmi ces personnes représentent des contacts liés à mon travail?
- Qui pourrait m'aider à trouver du travail?
- Qui pourrait me soutenir, si je trouve du travail?
- Comment puis-je agrandir mes réseaux de contact?



Se procurer des informations

Si je veux m'orienter sur le marché du travail, je dois d'abord réfléchir à comment je me procure les informations nécessaires:

- Comment puis-je obtenir des informations fondamentales concernant le marché du travail, les métiers et les formations?
- Quelles sont les stratégies appropriées?



Orientation sur le marché du travail 1

À la suite, je me pose des questions fondamentales concernant l'orientation sur le marché du travail. Je ne pourrai pas répondre en une seule fois aux questions, mais en plusieurs étapes. Les questions ne seront pas toutes importantes/d'intérêt pour moi personnellement:

- Ma formation est-elle reconnue en Autriche?
- Est-ce que je peux et je veux avant tout exercer ce métier?
- Quels métiers semblables y a-t-il encore?
- Quels sont les métiers qui m'intéressent et que je connais?
- Comment apprend-on mon métier ou celui qui m'intéresse en Autriche?
- De quels présupposés a-t-on besoin pour cela?
- Quelles sont mes chances d'exercer ce métier en Autriche?
- Quels sont les métiers demandés actuellement?
- J'élabore trois profils professionnels qui sont intéressants pour moi.



Orientation sur le marché du travail 2

Je compare mon profil des compétences aux métiers qui m'intéressent:

- Suis-je apte à exercer ces métiers?
- Quelles sont les conditions liées à ces métiers?
- Quelles sont les conditions que je satisfais déjà et que dois-je encore acquérir?
- Comment puis-je en outre constater quels sont les métiers que je suis capable d'exercer?



Mon emploi idéal

Je me fais une idée de mon emploi idéal et, avec cela, je réfléchis plus précisément à mon objectif professionnel. À cette occasion je vérifie également si cet objectif est vraiment adapté à moi:

- Dans quelles conditions de base aimerais-je travailler à l'avenir?



Je m'imagine mon emploi idéal. Comment se présentent/sont réglé(e)s:

- horaire de travail, lieu de travail, dimensions et type de l'entreprise/activité
- résistance, stress, variation, routine, responsabilité
- ambiance de travail, collègues, prestations sociales, rémunération
- conditions/exigences linguistiques, ...?



J'établis un ordre hiérarchique:

- Lesquelles parmi les conditions sont particulièrement importantes pour moi, lesquelles le sont moins?
- Pourquoi?



Mes objectifs professionnels

Je me suis fait à présent une idée d'ensemble sur le marché du travail, et j'ai comparé des profils professionnels avec mes aptitudes/capacités:

- Quels sont les objectifs que j'envisage selon l'état actuel des choses?
- Que veux-je réaliser/rejoindre?
- Quelles sont les alternatives dont je dispose, si je ne peux pas rejoindre mes objectifs?



3 Comment y arriver ?

La voie vers le travail

Stratégies d'apprentissage

L'objectif à rejoindre



La voie vers le travail - Stratégies d'apprentissage – L'objectif à rejoindre

Lors du travail avec le portefeuille vous avez désormais beaucoup réfléchi aux aptitudes et aux compétences qui vous distinguent des autres, et à vos points de force. Vous disposez d'une bonne vue d'ensemble du marché du travail et vous savez où vous voulez déployer votre potentiel. Il s'agit maintenant pour vous de voir comment planifier plus exactement votre chemin ultérieur et de vérifier si vous avez vraiment bien choisi vos objectifs.

Pour cela, dans cette dernière partie du portefeuille des langues et des qualifications vous pouvez à nouveau vérifier de manière détaillée si vos capacités satisfont réellement aux exigences/conditions de votre emploi idéal, et où et comment vous pouvez acquérir les qualifications et les connaissances dont vous manquez éventuellement.

Vous déterminez quelles sont les connaissances linguistiques nécessaires dans le cadre de votre emploi idéal, ainsi que où et comment vous les procurer éventuellement. En cela, et pour toutes les autres formations et formations continues de votre carrière, il sera important de prendre conscience de vos stratégies et de vos techniques d'apprentissage, étant donné que celles-ci vous seront d'une grande utilité pour votre chemin ultérieur.

Vous allez imaginer des stratégies qui vous sont utiles lors de la recherche d'un emploi et vous allez projeter exactement vos démarches en réfléchissant à quelles sont les personnes qui peuvent vous soutenir, afin que vous puissiez parcourir votre chemin. Pour le moment, vous avez ainsi achevé votre travail avec le portefeuille. Félicitations! Nous vous souhaitons beaucoup de bonnes choses et bonne chance pour votre entrée sur le marché du travail.

Le chemin vers mon emploi-cible 1

- À quelles exigences/conditions en terme de capacités et de qualifications faut-il satisfaire dans mon emploi-cible? Quelles sont celles dont je dispose? Comment puis-je les démontrer?
- Quelles sont les capacités et les qualifications que je dois acquérir ultérieurement?
- Où puis-je faire cela? Combien de temps cela va-t-il durer? Combien cela coûte-t-il? Quand puis-je commencer à faire cela? Où dois-je postuler/me présenter pour cela? Y a-t-il des délais que je dois respecter?



- Quelles sont les activités que je devrais effectuer en allemand dans mon emploi-cible?
- En suis-je capable?
- Où et comment puis-je acquérir les connaissances nécessaires de l'allemand?



Le chemin vers mon emploi-cible 2

- Y a-t-il encore d'autres raisons (par ex.: enfants, soucis de logement, santé, finances, ...) qui me rendent difficile l'entrée sur le marché du travail?
- Quelles sont les personnes et/ou les institutions qui peuvent me soutenir en cela?
- Y a-t-il des choses que je ne dois pas faire du tout, que je peux faire autrement, que je peux déléguer? Lesquelles?
- Y a-t-il des personnes auxquelles je peux demander de l'aide? Lesquelles?
- Comment vais-je leur demander de l'aide?



Au cas où tout serait réglé et je voudrais maintenant entrer sur le marché du travail, je me demande:

- Comment ai-je fait jusqu'à présent pour trouver un/des emploi(s)?
- Quelles étaient les informations dont je devais disposer pour cela?
- Qui devais-je connaître? Avec qui devais-je parler?
- Quels pas devais-je entreprendre?
- Si je n'ai pas encore travaillé, je pense à une personne qui m'est proche.



Techniques et stratégies d'apprentissage 1

- Quelles sont les activités d'apprentissage que je connais?
- Quelles sont, dans le cadre du cours, les activités d'apprentissage qui me plaisent? Quelles sont celles qui ne me plaisent pas? Pourquoi?



Je me souviens d'une situation dans laquelle j'ai appris quelque chose:

- Quel genre de situation était-ce?
- Qui y participait?
- Qu'ai-je fait?
- Comment puis-je me servir de cela pour mon apprentissage de l'allemand et pour mon apprentissage professionnel?



Je regarde mes matériaux didactiques (matériaux pour l'apprentissage):

- Y a-t-il un ordre? Lequel?
- Je compare mes matériaux didactiques avec ceux de mes collègues.
- Y a-t-il quelque chose que j'aimerais changer à mes matériaux didactiques?



Techniques et stratégies d'apprentissage 2

- Quelle est l'endroit que je choisis pour étudier/apprendre? Comment doit être cet endroit?
- À quelles choses dirai-je «non» pendant que j'étudie/j'apprends?
- Pendant combien de temps puis-je me concentrer? Que fais-je pendant la pause?
- Quand j'apprends le mieux? Comment je divise la quantité du matériel à étudier?



- Est-ce que je sais ce que je veux rejoindre/réaliser par l'étude?
- Mes objectifs d'apprentissage sont-ils réalistes? (Voir aussi «Se fixer des objectifs»)
- Comment vais-je vérifier la réussite de mon apprentissage?
- Est-ce que je me sens prêt – ne suis-je pas trop fatigué, trop distrait ...?



- Est-ce que je pense que le travail de groupe est profitable?
- Quels sont les avantages du travail de groupe? Quels sont les inconvénients?
- Est-ce que j'offre volontiers de l'aide à mes collègues?
- Sais-je accepter d'être aidé?



Stratégies d'apprentissage de la langue

- Lorsque j'apprends une nouvelle langue, quelles activités sont intéressantes pour moi à ce propos?



Mon rapport avec le temps

Pour venir à bout des changements qui m'attendent, il est nécessaire de maîtriser mon rapport avec le temps. Pour cela, je dois me demander:

- Comment se présente le déroulement de mes journées?
- Combien de temps est-ce que je passe avec qui ou avec quoi?
- Suis-je satisfait de ma gestion du temps?
- Qui ou quoi «vole» mon temps?
- Avec qui ou en faisant quoi aimerais-je passer plus de temps?
- Quels sont les changements qui découleront du commencement d'un travail ou d'une formation? Qui dans mon entourage est concerné par cela?
- Comment vais-je m'y prendre avec cela?



Se fixer des objectifs

Quand je formule des objectifs, il est important de veiller à ce qu'ils soient réalistes. Ce n'est pas toujours facile. Pour m'exercer à cela, je pense à un objectif privé ou professionnel, je l'écris dans une seule phrase et je vérifie:

- Est-il formulé concrètement?
- Est-ce avant tout possible d'atteindre ce but?
- Est-ce intéressant/séduisant pour moi?
- Puis-je vérifier quand j'aurai rejoint ce but?
- Y a-t-il une date pour laquelle je veux l'atteindre?
- Qu'est-ce qui va changer dans ma vie, quand j'aurai atteint le but?
- Est-ce que je veux cela?



Mon Plan

Maintenant je fais mon plan; je réfléchis et je fais une liste:

- Quel est l'objectif?
- Quels sont les pas que je dois faire pour atteindre cet objectif?
- Quelles questions/points dois-je encore régler?
- Qui peut me soutenir?
- Que suis-je prêt à fournir pour cela?
- Quels changements cela va-t-il entraîner?
- Quel est l'ordre dans lequel je ferai les pas?
- Quelle est la date pour laquelle j'aimerais avoir fait les différents pas?
- Qu'est-ce que je ferai pour respecter mon calendrier?
- Après quels pas vais-je me récompenser? Comment?



Vérifier mon plan

Pour vérifier si mon plan est réaliste et si je n'ai rien oublié, je raconte mon plan à une autre personne, de la manière la plus détaillée possible. Nous réfléchissons ensemble:

- Est-ce que tous les pas sont clairs?
- Est-ce que tous les pas mènent à l'objectif ou plutôt à des détours? Pourquoi?
- Y a-t-il quelque chose qui m'a échappé?



Mon Plan

But

Que dois-je faire?

Qui doit me soutenir?

Pour quelle date est-ce que je veux le faire?

Nouveau délai:

OK



But

Que dois-je faire?

Qui doit me soutenir?

Pour quelle date est-ce que je veux le faire?

Nouveau délai:

OK



But

Que dois-je faire?

Qui doit me soutenir?

Pour quelle date est-ce que je veux le faire?

Nouveau délai:

OK



Mon Plan (suite)

But

Que dois-je faire?

Qui doit me soutenir?

Pour quelle date est-ce que je veux le faire?

Nouveau délai:

OK



But

Que dois-je faire?

Qui doit me soutenir?

Pour quelle date est-ce que je veux le faire?

Nouveau délai:

OK



But

Que dois-je faire?

Qui doit me soutenir?

Pour quelle date est-ce que je veux le faire?

Nouveau délai:

OK



4 Glossaire



Notion	Explication en français	Notion et explication dans ma langue
Portefeuille	Un classeur dans lequel une personne rassemble des documents et des exemples de son travail, pour présenter les qualifications et les compétences qu'elle possède.	
Compétences	Capacités/aptitudes et connaissances, attitude et idées auxquelles j'ai recours pour atteindre un but concret. Les compétences ont été acquises par moi au cours de ma vie à travers l'expérience pratique et des procédés d'apprentissage ciblés.	
Qualifications	Compétences que j'ai acquises dans le cadre d'une formation institutionnelle ou à travers l'expérience professionnelle, et qui sont confirmées par des certificats ou reconnues sous une autre forme par une autorité externe.	
Compétences clés	Compétences qui ne sont pas spécifiques. Ce sont des compétences qui concernent le rapport avec les autres personnes, la façon d'affronter les tâches et les choses, la façon de gérer le temps, et le rapport avec moi-même. Comme elles passent pour être des compétences de base ainsi que des présupposés dans tous les domaines professionnels, on les appelle les «compétences clés».	

5 Dossier



■ Expériences



Vivre dans plusieurs cultures

En tant qu'immigré(e), je connais la façon de vivre dans plusieurs cultures.

- Quels avantages m'apporte mon savoir?
- Quelles capacités ai-je développé grâce à la vie dans plusieurs cultures?
- Dans quelles situations ces connaissances et ces capacités peuvent-elles m'être utiles?





Motivation personnelle

Dans ma vie, j'ai dû surmonter par mes propres moyens des obstacles et des difficultés. Pour cela j'ai dû chaque fois m'enthousiasmer pour mes objectifs, me procurer activement des informations et tenir bon malgré les difficultés.

- Qu'est-ce qui a été facile pour moi, qu'est-ce qui a été difficile?

Avec cela j'ai montré que je peux me motiver seul.





Organisation personnelle

J'ai atteint des buts dans ma vie et pour cela j'ai dû gérer/organiser mon temps et ma force.

- Où et quand était-ce?
- Comment ai-je fait cela?
- Qu'est-ce qui a été facile pour moi, qu'est-ce qui a été difficile?

Avec cela j'ai montré que je peux m'organiser seul.





Sens de responsabilité

Je suis habitué à accomplir les tâches de manière fiable, à respecter les accords pris et à assumer les conséquences de mes actes.

- Quelles tâches étaient-ce dans le passé, et quelles tâches sont-ce maintenant?
- Qu'est-ce qui a été facile pour moi, qu'est-ce qui a été difficile?

Avec cela j'ai montré que je peux assumer des responsabilités.





Capacité de gestion du stress

Il y avait sans cesse des situations dans lesquelles, sous la pression et la tension, j'ai agi activement et j'ai réussi à mener ma tâche jusqu'au bout.

- Qu'est-ce que j'ai ressenti dans ces situations?
- Qu'ai-je fait, afin que je réussisse?
- Quel(s) aspect(s) de cette expérience puis-je utiliser dans ma situation actuelle?

Avec cela j'ai montré que je peux maîtriser le stress.





Capacité de communication

Je pense à des situations, dans lesquelles j'ai pu résoudre des problèmes à travers des conversations ou dans lesquelles des idées importantes et nouvelles me sont venues à l'esprit.

- De quel genre de situations s'agissait-il?
- Qui participait aux conversations?
- Étais-je plutôt celui/celle qui écoute ou celui/celle qui parle? Quel est le rôle que je préfère?

Avec cela j'ai montré que je suis capable de communication.





Capacités de coopération

Je me souviens d'une tâche/activité que j'ai accomplie avec d'autres personnes, et qui a bien réussi, car nous avons travaillé ensemble.

- Pourquoi avons-nous travaillé en groupe?
- Qui a fait quoi?
- Quel rôle ai-je assumé?
- Est-il facile pour moi de demander de l'aide aux autres ou bien d'offrir de l'aide?

Avec cela j'ai montré que je peux coopérer avec d'autres personnes.





Capacité à gérer les conflits

Comment me suis-je comporté quand j'avais des intérêts différents de ceux des autres, quand j'ai perçu des malentendus ou des disputes entre d'autres personnes, par ex. famille, ami(e)s, voisins, collègues, supérieur(e)s, ...

- Ai-je essayé de trouver une solution?
- Combien de temps cela a-t-il duré?

Avec cela j'ai montré que je suis capable de gérer des conflits.





Orientation vers les solutions

Quand je me heurte à un problème, je me concentre plus sur le problème ou sur la solution?

- Je me souviens d'un exemple où j'ai trouvé une bonne solution.

Avec cela j'ai montré que je peux agir d'une manière orientée vers les solutions.





Flexibilité

Dans ma vie, j'ai montré que je suis en mesure d'abandonner mes projets et de suivre de nouveaux projets.

- Qu'est-ce que j'ai ressenti dans ces situations?
- Qui d'autre, à part moi, a aussi été concerné par le changement?
- Quelles ont été les conséquences positives?

Avec cela j'ai montré que je peux être flexible.





Capacité d'organisation

Dans ma vie, j'ai sans cesse programmé à long terme, j'ai accordé entre eux des objectifs différents et j'ai mis des choses «sur pied».

- Quand et où était-ce?
- Comment ai-je fait cela?
- Qu'est-ce qui a été facile pour moi, qu'est-ce qui a été difficile?

Avec cela j'ai montré que je suis capable d'organisation.



Apprendre les langues

Pour apprendre une nouvelle langue, il est bon de savoir quelles sont les stratégies d'apprentissage linguistique que l'on a déjà utilisé avec succès, et quel est le rapport que l'on a avec la nouvelle langue. Je me demande:

- Comment ai-je appris ma langue maternelle?
- Comment ai-je appris les autres langues que je parle?
- Quels sont les sentiments que j'associe aux langues que je parle?
- Quels sont les sentiments que j'associe à l'allemand? Cette langue me plaît-elle?
- Qu'est-ce qui pourrait m'être utile pour l'apprentissage de l'allemand?



Actions linguistiques dans le travail

Je prends encore une fois les «listes de contrôle pour les actions linguistiques dans le travail 1 et 2», et je réfléchis à si et quand j'ai déjà effectué ces activités dans ma langue maternelle, et à si et quand j'ai effectué ces activités dans la langue nationale.

- Quel genre de situation était-ce?
- Qu'est-ce qui a été facile pour moi, qu'est-ce qui a été difficile? Pourquoi?
- Devrai-je faire cela à l'avenir?
- Comment vais-je faire cela à l'avenir?





Dates-clés de ma vie

Je pense aux 10 ou 20 dernières années de ma vie, à des événements qui ont été décisifs dans ma vie.

- Lesquels d'entre eux ont été les plus importants pour moi? Pourquoi?
- Comment allais-je en ce temps là?
- Comment d'autres personnes me voyaient-elles à cette époque?





Visions

J'imagine que 10 ans ont passé.

- Comment est ma vie? Où est-ce que je vis? Dans quel milieu/entourage?
- Avec qui je vis? Comment est la relation avec ma famille, avec les amis?
- Que signifie mon travail pour moi? Quelle part de ma vie occupe-t-il?
- Que fais-je en dehors du travail?
- Combien d'argent ai-je?
- Quel est l'état de mon corps?





Changements

Afin que je puisse affronter activement les changements imminents, je prends conscience de ce que les changements signifient pour moi et du rôle que jusqu'à présent j'ai joué dans des situations de changements. Je contemple les changements les plus importants de ma vie:

- Quelle a été la cause de ces changements?
- Étaient-ce des causes intérieures ou extérieures?
- Qu'est-ce que les changements ont signifié dans ma vie?
- Comment les ai-je ressentis? Comment les personnes qui me sont le plus proches les ont-elles ressentis?
- Qu'en pensent les personnes qui me sont proches?
- Quelles personnes ont été importantes lors des/dans les changements? Pourquoi?





Bien-être et santé

Mon bien-être physique et psychologique est la condition préliminaire pour mes actions sur le travail. Je réfléchis aux questions suivantes:

- Comment vais-je en ce moment en ce qui concerne ma santé?
- Que fais-je pour ma santé? Que fais-je pour mon corps?
- Ai-je des conseils de santé à donner?
- De quoi j'ai besoin pour me sentir bien?





Les racines de ma vie professionnelle

Pour découvrir d'ultérieurs potentiels, il peut être utile de me demander quels étaient mes désirs lorsque j'étais enfant, même si je n'ai pas pu les réaliser:

- Que voulais-je devenir lorsque j'étais enfant?
- Quels étaient mes modèles lorsque j'étais enfant?
- Les personnes de mon entourage, que voulaient-elles que je devienne (mon père, ma mère, mes grands-parents, d'autres membres de la famille)?
- Quel est le métier que j'ai finalement appris? Comment cela s'est-il produit?





Réussites/succès

Je prends conscience de mes réussites/succès jusqu'à présent, afin de puiser de la force pour mon chemin. Je me demande:

- Quelles sont les choses que j'ai déjà réalisées dans ma vie?
- À quoi puis-je le voir?
- Quels sont les autres objectifs que j'aimerais atteindre?



Décisions

Je prends désormais des décisions qui influencent profondément ma vie.

Pour cela il est bon que je prenne conscience de la façon dont les décisions ont été prises dans ma vie jusqu'ici. Je pense à une décision importante dans ma vie:

- Qui était important à cette occasion?
- De quelle manière la décision a-t-elle été prise? (Dans des conversations, par des actions, rapidement, en mûrissant lentement, ...).
- Quelles sont les personnes qui ont eu de l'influence? Quelles étaient les opinions qu'elles ont soutenues?
- Quelle était la base pour la décision?
- Qu'est-ce que cela signifie pour mon avenir?





Capacité d'adaptation

La capacité de s'adapter constitue une aide précieuse lorsqu'il s'agit d'actions sur le travail. En ce qui concerne les miennes, j'ai sans cesse montré que je suis capable de m'adapter, même si ça n'a pas toujours été facile:

- Où et quand me suis-je adapté?
- Que cela m'a-t-il apporté?
- Où ne voudrais-je pas m'adapter?

