



Déterminer le métier qui vous plaira c'est aussi déterminer vos priorités, vos contraintes, et les conditions dans lesquelles vous souhaitez travailler.

Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises priorités, elles peuvent changer relativement à votre parcours, votre histoire et il faut en tenir compte pour faire vos choix.

Voici un certain nombre de **conditions de travail**. Pour chacune d'elles, indiquez si :

- 1 » vous **aimeriez vraiment** ces conditions.
- 2 » vous êtes **prêt/ prête à négocier** ces conditions de travail.
- 3 » vous ne **voulez absolument pas** de ces conditions.

- | | |
|--|--|
| 1 2 3 En plein air, dehors ✓ | 1 2 3 Debout et assis ✓ |
| 1 2 3 À l'intérieur, dans un bureau ✓ | 1 2 3 Sans contact avec du public ✓ |
| 1 2 3 À l'intérieur dans un local animé, un commerce, un open space, une salle ✓ | 1 2 3 En contact avec du public ✓ |
| 1 2 3 À l'intérieur dans un atelier ✓ | 1 2 3 Travailler en horaires décalées ✓ |
| 1 2 3 Dans une usine ✓ | 1 2 3 Travailler le week-end ✓ |
| 1 2 3 Dans le calme ✓ | 1 2 3 Avoir des congés le week-end ✓ |
| 1 2 3 Dans le chaud ✓ | 1 2 3 Tôt le matin ✓ |
| 1 2 3 Dans le froid ✓ | 1 2 3 La nuit ✓ |
| 1 2 3 En hauteur ✓ | 1 2 3 À temps partiel ✓ |
| 1 2 3 Avec des déplacements courts ✓ | 1 2 3 À temps complet ✓ |
| 1 2 3 Avec des déplacements longs : en France, à l'étranger ✓ | 1 2 3 Avec de la pression, des challenges, des défis ✓ |
| 1 2 3 Avec une tenue exigée ✓ | 1 2 3 Avec des risques physiques, des conditions physiques exigeantes ou sportives ✓ |
| 1 2 3 En équipe ✓ | 1 2 3 Avec des outils, une machine, un téléphone ✓ |
| 1 2 3 Seul ✓ | 1 2 3 Avec un ordinateur ✓ |
| 1 2 3 En équipe mais indépendant ✓ | 1 2 3 Travail répétitif ✓ |
| 1 2 3 Debout ✓ | 1 2 3 Avec des responsabilités ✓ |
| 1 2 3 Assis ✓ | 1 2 3 Avec de l'imprévisible ✓ |
| | 1 2 3 Avec des tâches bien planifiées ✓ |



Ne pas hésiter à ajouter des conditions de travail importantes pour vous si elles ne figurent pas dans cette proposition.

● Reporter maintenant dans ces tableaux, les **5 conditions de travail** qui vous paraissent **importantes dans chaque catégorie** :

● Les 5 conditions **les plus importantes** :

● Les 5 conditions **que je peux négocier** :

● Les 5 conditions **que je n'accepterai pas** :

Pour aller plus loin, dans le parcours « Mon juste milieu » vous allez également découvrir comment définir vos besoins fondamentaux, ceux qui vous permettent de vivre en équilibre et qui vous aideront à créer les conditions d'une vie épanouissante.