



L'analyse SOAR est un cadre qui vous permet de connaître vos forces, vos possibilités, vos aspirations et les résultats que vous escomptez d'un projet (soit strengths, opportunities, aspirations et results, d'où l'abréviation SOAR).

De là, en ciblant vos efforts, vous faites en sorte que vos objectifs soient SMART, c'est-à-dire : spécifiques, mesurables, accessibles, en rapport avec la situation, et assortis d'une limite de temps. L'analyse SOAR sert à mettre vos forces et vos aspirations en évidence et à comprendre à quoi vous souhaitez que votre avenir ressemble.

Méthode suggérée

Le tableau ci-dessous présente une façon de procéder à l'analyse SOAR. Vous pouvez y recourir pour comprendre vos forces et vos aspirations au regard de vos études, de votre carrière ou de votre progression personnelle. Il suggère des questions qui vous aideront à conceptualiser votre avenir et à vous fixer des objectifs.

Utilisez l'exemple cidessous pour planifier l'analyse SOAR d'un de vos projets ou de vos exercices. Vous pouvez procéder dans l'ordre que vous voulez, mais il est probablement plus facile de commencer par vos forces et vos aspirations, pour déterminer ensuite quelles sont les possibilités et choisir des résultats mesurables.

Analyse SOAR

Forces

Notez celles de vos aptitudes personnelles et professionnelles et de vos aptitudes sur le plan des études qui pourraient vous être utiles dans le cadre d'un futur emploi.

Possibilités

Notez ici les possibilités d'apprendre davantage, de nouer des relations ou de trouver un poste bénévole ou rémunéré, ou un emploi en lien avec vos champs d'intérêt.

Questions guides :

- Parmi vos aptitudes, vos connaissances et vos expériences, lesquelles peuvent vous servir à nouer une relation particulière, dans un secteur d'activité, avec une association étudiante ou en vue de votre carrière ?
- Quelles ressources pertinentes pouvez-vous trouver ? Exemples : mentorat, technologies, information.

Questions guides :

- Qui, dans votre réseau, peut vous donner des conseils sur un secteur d'activité qui vous intéresse ? Comment contacter cette personne ?
- Y a-t-il bientôt des activités, des salons de l'emploi, des webinaires ou des séances d'information qui vous permettraient de rencontrer des gens ou de trouver des débouchés ?
- Quels projets, groupes, clubs, affectations bénévoles, stages et autres initiatives liées aux études ou au travail peuvent vous aider à rehausser vos compétences ?

Aspirations

Notez ici ce à quoi vous aspirez sur les plans personnel et professionnel.

Questions guides :

- Pensez à votre avenir. Comment voyez-vous votre quotidien ? Comment aimeriez-vous passer votre temps ?
- Quel type de poste (rémunéré ou non) correspond le mieux à vos champs d'intérêt et au style de vie auquel vous aspirez ?
- Comment pouvez-vous dresser un plan d'action et fixer des objectifs qui vous aideront à obtenir ce poste ?

Résultats

Notez ici les moyens de suivre votre progression au regard de vos objectifs et de vos aspirations.

Questions guides :

- Quelle incidence voulez-vous avoir sur les groupes et les organisations qui vous tiennent à cœur ?
- Quelle est votre définition de la réussite ?
- Comment allez-vous savoir si vous êtes en bonne voie de combler vos aspirations ?
- À quelle fréquence allez-vous consulter votre plan d'action pour le modifier ou suivre vos progrès ?

SOAR