

## Identifier ses compétences

**Pour vous aider à identifier les compétences** que vous pouvez mettre dans votre CV, le mieux est d'utiliser un tableau listant toutes vos expériences passées et les compétences que vous y avez mis en œuvre (voir exemple ci-dessous). Vous pouvez également consulter les fiches métiers ROME Pôle Emploi, elles vous donneront des idées (mais attention, reformulez ces compétences afin que ce soit vos mots).

Type d'expérience	Nom de l'expérience	Compétences développées	Preuves attestant de cette compétence	Degré de maîtrise	Comment m'améliorer
Emploi	Secrétaire	Créer des tableurs excel avec formules	Tableaux excels statistiques	++	Suivre un cours en ligne gratuit Excel - Avancé (MOOC)
		Accueil physique et téléphonique		++	Etre bénévole dans une association pour être moins timide
		Création de flyers	Flyers	+	Suivre une formation diplômante en communication
Bénévolat	Festival Bobital	Montage audio	Emissions webradio	+++	
		Enregistrement vidéo	Chaîne Youtube PIMP ton CV	+	Intégrer l'association Café Clap
Loisirs	Football	Esprit d'équipe		+++	
	Piano	Persévérance	Audition conservatoire	+++	
Voyages	Irlande	Anglais		++	Regarder des films en VO

Pour aller plus loin, suivez le cours « **Faire l'inventaire de ses compétences** » d'Open Classrooms.