

Ma personnalité : chacun la sienne !

1. Je m'interroge sur chacun des items du tableau suivant et je mets une croix dans la case selon le barème suivant :

0 = Pas du tout

1 = Un peu

2 = Beaucoup

3 = Tout à fait

	0	1	2	3
Adaptation				
Ambition				
Aptitude à négocier				
Leadership				
Autonomie				
Confiance en moi				
Conscientieux, fiable, précis				
Constructif, cherche à faire progresser les choses				
Curiosité, vivacité intellectuelle				
Diplomatie, sens des nuances				
Empathie, sensibilité				
Esprit d'initiative				
Facilité de contact				
Sens de l'écoute				
Goût du challenge				
Imagination, créativité				
Maîtrise de soi				
Optimisme, enthousiasme				
Ouverture d'esprit				
Persévérance				
Perfectionnisme				
Précision, minutie				
Sens de l'effort				
Résistance à la pression				
Sens de la confidentialité				
Sens de l'efficacité (organisation), sens pratique				
Sens du travail en équipe				

2. Je liste tous les traits de personnalité que j'ai notés entre 1 et 3

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. Je choisis celui ou ceux qui me caractérisent le plus (pas plus de 3), et je décris une situation concrète où ils ont été particulièrement exprimés

Trait de personnalité	Situations concrètes
1	
2	
3	

4. Ces traits de personnalité ont-ils évolués ces dernières années ? En quoi ?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

5. Dans mon parcours sont-ils des points d'appui ou des points à faire évoluer ?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

6. Que dit mon entourage sur mes traits de personnalité ? (Famille, amis, enseignants) ?

.....

.....

.....

.....

7. J'essaye de me considérer sous un autre angle : à tous traits « négatifs » répond au moins un trait « positif »

Exemples		
Je suis autoritaire Je suis impulsif Je suis timide	mais mais mais	Je sais être à l'écoute des autres Je suis créatif/débordant d'énergie, j'ai plein d'idées J'observe et j'analyse

8. Je rédige un cours portrait de moi-même :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

CONSEIL



Vous pouvez faire remplir le tableau de la page 1 par des personnes de votre entourage qui vous connaissent bien. Comparer les réponses peut être enrichissant !