

Ce que ma famille pense de moi :

Ce que mes amis pensent de moi :

Ce que je pense de moi :

Mes principales valeurs

Animal ou objet qui me représente

Mes rêves et aspirations

Mes principaux intérêts

Mes aptitudes

Quand j'étais enfant, je voulais être :

Mes rêves ou projets d'adolescent(e) :

Aujourd'hui, j'admire ou je m'identifie à...

Mes fils conducteurs

Réfléchir à mes valeurs...

Quelques pistes de réflexion :

- Sur quoi repose mon comportement?
- Qu'est-ce qui est vraiment important, qui compte le plus pour moi dans la vie?

L'activité physique

L'affiliation

L'altruisme

L'ambition

L'amitié

L'amour

L'argent

L'autonomie

Le bien-être des autres

Le bien-être personnel

Le bonheur

La communication

La compassion

La compétence

La compétition

Le conformisme

Le confort

La connaissance

La contribution sociale

La coopération

Le courage

La créativité

Le défi

La démocratie

Le dépassement de soi

Le développement de la personne

Le dévouement

La discipline

La diversité

Le dynamisme

L'efficacité

L'égalité

L'entraide

L'environnement

L'équilibre de vie

L'équité

L'esthétisme

L'estime

L'évolution

L'excellence

La famille

La fidélité

La générosité

L'harmonie

L'honnêteté

L'humour

L'imagination

L'indépendance

L'individualisme

L'influence

L'initiative

L'innovation

L'instruction

La justice

La liberté

La loyauté

L'ouverture d'esprit

Le partage

La performance

Le plaisir

Le pouvoir

La précision

Le prestige

La productivité

Le professionnalisme

La qualité

La rigueur

La réalisation

La reconnaissance

La régularité

Les relations interpersonnelles

Le respect de soi

Le respect des autres

La responsabilité

Les résultats tangibles

La réussite

Le risque

La santé

La sécurité

La simplicité

La solidarité

La spiritualité

La stabilité

La stimulation intellectuelle

Le succès

La tolérance

La tranquillité

Le travail

Le travail d'équipe

La vérité

Réfléchir à mes intérêts..

Quelques pistes de réflexion :

- Réfléchissez à ce qui vous pousse vers quelque chose, vos goûts marqués pour un genre d'activité.
- Qu'est-ce qui vous plaît, vous attire, ce que vous préférez ?

*Administration
Agriculture
Aider, conseiller
Alimentation, nourriture
Animation de groupe
Animaux
Arts
Aventures
Bâtiment
Cinéma
Concevoir, créer
Construire
Convaincre, négocier
Culture et coutumes
Dessin et design
Diriger, décider
Droit et justice
Économie
Enseigner, éduquer
Environnement
Esthétisme
Expression et communication écrites*

*Expression et communication orales
Fabriquer, construire
Faire de la recherche
Faire du classement
Faire un travail de précision
Géographie
Gérer une entreprise
Histoire
Informatique et nouvelles technologies
Informier, communiquer
Langues et littérature
Manipuler des appareils, des outils
Mathématiques
Mécanique
Musique
Milieu hospitalier
Nature, plein-air
Organiser, gérer, diriger
Philosophie
Photographie*

*Politique
Psychologie
Relations de travail
Relations humaines
Résoudre des problèmes
Sciences (chimie, physique, biologie, etc.)
Sciences de la santé
Soigner
Sport, éducation physique
Théâtre
Travail de bureau
Travail de précision
Travail en laboratoire
Travail en plein air
Travail en usine
Travail manuel, Bricoler
Travailler à l'étranger
Travailler auprès d'enfants ou d'adolescents
Travailler auprès des personnes âgées*

Réfléchir à mes aptitudes...

Quelques pistes de réflexion :

- En quoi ai-je de la facilité ?
- Quelles sont mes forces ?
- Quels sont mes talents naturels ?

*Aider les autres
Analyser
Animer des groupes
Attentif aux autres
Capacité à négocier
Capacité à prendre des décisions
Capacité à réagir rapidement
Capacité à travailler sous pression
Capacités oratoires
Capacités relationnelles
Classer
Communiquer
Composer des textes
Comprendre les autres
Créativité
Cuisiner
Dessiner
Dextérité manuelle
Diriger
Écouter
Enseigner*

*Entregent
Esprit critique
Esprit de synthèse
Esprit d'observation
Établir des priorités
Faire des calculs
Faire des plans
Faire preuve d'initiatives
Faire rire
Garder son sang froid
Gérer des finances (budget)
Gestion du temps
Imagination
Jugement
Leadership
Mémoire visuelle
Mémoriser
Minutie
Planifier
Prendre soin des autres
Rédiger
Régler des conflits
Remarquer les détails*

*Rendre service
Résoudre des problèmes
Se débrouiller
Sens de l'organisation
Sens des responsabilités
Souci du détail
Suivre des directives
Tact
Travailler avec des chiffres
Travailler en équipe
Visualiser les objets dans l'espace
Vitesse d'exécution*