



Activité 4 Vos défauts

Il est tout aussi important de connaître vos qualités et vos défauts car ils font partie de votre personnalité. Apprendre à les reconnaître vous permet de mieux vivre avec les autres, soit dans le plan personnel, soit sur le plan professionnel.

Les défauts peuvent devenir des points de progression, car dans certains contextes ils sont porteurs de forces et d'avantages par exemple timidité peut être une force d'observation

Vous trouverez ci-dessous un exercice pour vous aider à identifier les défauts que vous pensez avoir, veuillez trouver à continuation les étapes à suivre.

1. Cochez les mots de la liste, avec lesquels vous vous identifiez
2. Remplissez la section intitulée autres défauts non mentionnés
3. Remplissez la section mes défauts prépondérants
4. Remplissez : comment vous travaillez dessus ?
5. Finalement remplissez : mon défaut a-t-il une force, un avantage ?

Arrogant.e
Autoritaire
Bavard.e
Brusque
Bruyant.e
Capricieux.se
Colérique
Conformiste
Dépendant.e
Désordonné.e
Distrait.e
Dur.e
Égoïste
Émotif.ve
En retard
Envahissant.e
Excentrique
Excessif.ve
Facilement découragé.e
Familière
Fantaisiste
Flegmatique
Grossier.e
Hyperactif.ve
Hypersensible
Impatient.e
Impulsif.ve
Indiscipline
Immature

Impatient.e
Indécis.e
Indifférent
Indiscipline
Indiscrète.e
Individualiste
Influençable
Insatisfait.e
Insolent.e
Intransigeant.e
Je coupe la parole
Je me sous-estime parfois
Je préfère agir seul
Laxiste
Lymphatique
Maladroit.e
Manipulateur.trice
Méfiant.e
Mélancolique
Néglige
Nerveux.se
Obstiné.e
Opportuniste
Orgueilleux.se
Paresseux.se
Pessimiste
Peu assuré.e
Peu avenant.e
Peu convaincant.e

Peu créatif.ve
Peu curieux.se
Peu motivé.e
Peureux.se
Procrastinateur.trice
Rancunier.e
Rêveur.se
Râleur.se
Renfermé.e
Routinier.e
Superficiel.le
Solitaire
Susceptible
Timide
Triste
Utopiste
Vantard.e
Vaniteux.se

Autres défauts non mentionnés

Mes défauts prépondérants

Comment est-ce que je travaille dessus ?

Mon défaut a-t-il une force ou un avantage ?
