



Identifier ses compétences

③ Autopositionnement

Nom :	Makraï
Prénom :	Yassin
Date :	19/05/2022

Mode d'emploi

L'autopositionnement permet de se positionner par rapport à des situations, de manière autonome, pour mieux se connaître.

Il y a quatre situations par compétence, soit 48 situations en tout.

Il ne s'agit pas d'une évaluation. Il s'agit d'identifier ses compétences pour pouvoir les valoriser en traduisant ce que l'on fait par une compétence.

Une compétence peut être mobilisée dans différentes situations. Pour chaque compétence, quatre situations permettent d'illustrer la compétence. Il y a 48 situations. Les situations ont été mélangées.

Pour chaque situation, vous devez vous positionner dans l'une des cases suivantes :

Honnêtement ce n'est vraiment pas moi	Cela me ressemble un peu	Cela me ressemble	C'est tout à fait moi
---------------------------------------	--------------------------	-------------------	-----------------------

Choisissez la réponse qui correspond le plus à ce que vous feriez dans la situation décrite.

Dans cet exercice, il est essentiel de répondre de manière spontanée et de manière sincère. Vous faites cet exercice pour vous-même.

À la fin du questionnaire, et en fonction de vos réponses, vous obtiendrez un tableau indiquant vos compétences fortes, les compétences que vous maîtrisez, celles à améliorer et celles à travailler.

		Honnêtement ce n'est vraiment pas moi	Cela me ressemble un peu	Cela me ressemble	C'est tout à fait moi
1	Avant d'accepter de faire quelque chose, j'essaie de voir si je serai capable de le réaliser			x	
2	Dans mon travail, je réalise l'ensemble des tâches même celles que je n'aime pas faire			x	
3	Dans un groupe, j'essaie d'aider les autres à faire leur travail			x	
4	J'accepte des défis même s'ils sont difficiles			x	
5	J'accepte que quelqu'un pense d'une manière différente de la mienne sans me sentir personnellement attaqué(e)			x	
6	J'ai une vue d'ensemble des tâches que j'ai à accomplir			x	
7	J'aime travailler avec d'autres personnes		x		
8	J'écoute les gens et je comprends leurs besoins			x	
9	J'essaie des façons différentes de faire des activités		x		
10	J'établis facilement une relation de confiance	x			
11	Dans un groupe, je pense au but commun			x	
12	J'utilise mon temps de la façon la plus efficace possible			x	
13	J'aime apprendre à faire de nouvelles choses			x	

		Honnêtement ce n'est vraiment pas moi	Cela me ressemble un peu	Cela me ressemble	C'est tout à fait moi
14	Je change mes plans quand il y a un imprévu		x		
15	Je donne mon opinion même si la personne avec qui je parle n'est pas d'accord avec moi		x		
16	Je fais attention à ce que je fais même si c'est toujours la même chose		x		
17	Je fais les choses de la même façon			x	
18	Je finis un travail urgent sans paniquer			x	
19	Avant d'agir, je pense aux conséquences possibles de mes actes				x
20	Je garde mon calme même si je n'ai pas beaucoup de temps			x	
21	Je m'habitue rapidement au fonctionnement de nouveaux appareils				x
22	Je m'adapte à différentes façons de faire les choses			x	
23	Je me sens à l'aise avec n'importe qui		x		
24	Je me sens plus à l'aise quand je fais toujours la même chose			x	
25	Je note dans ma tête les détails			x	
26	Je garde le contrôle de moi-même lorsque j'ai beaucoup de travail			x	

		Honnêtement ce n'est vraiment pas moi	Cela me ressemble un peu	Cela me ressemble	C'est tout à fait moi
27	Je prends le risque de faire critiquer mon travail		x		
28	Je propose des solutions pratiques à toutes sortes de problèmes			x	
29	Je refuse de m'engager à faire quelque chose si je n'ai pas le temps de le faire		x		
30	Je remarque beaucoup de détails que d'autres ne voient pas		x		
31	Je respecte les délais qui me sont fixés				x
32	Je respecte les habitudes et l'intimité des personnes			x	
33	Je sais ce que j'ai à faire sans avoir besoin d'attendre qu'on me le dise			x	
34	Je sais faire beaucoup de choses très différentes			x	
35	Je sais me préserver, me protéger			x	
36	Je sais tout de suite quoi faire lorsqu'il y a un imprévu			x	
37	Je sens comment va quelqu'un sans qu'il ait à me le dire		x		
38	Je suis à l'aise avec des personnes qui ont des façons de faire ou d'être différentes		x		
39	Je suis agréable avec les personnes que je rencontre				x

		Honnêtement ce n'est vraiment pas moi	Cela me ressemble un peu	Cela me ressemble	C'est tout à fait moi
40	Je suis attentive aux besoins des personnes		x		
41	Je suis capable de me motiver lorsque je fais plusieurs fois la même chose			x	
42	Je suis sensible à de petits changements	x			
43	Je trouve par moi-même des moyens de faire de nouvelles choses		x		
44	Je vois ce qui se passe autour de moi			x	
45	J'essaie de déterminer si une tâche est plus importante qu'une autre.			x	
46	Je fais beaucoup de choses en même temps			x	
47	Quand je suis dans un groupe, je fais ma part du travail			x	
48	Si j'accepte de faire quelque chose, on peut compter sur moi				x