



## Identifier ses compétences

### ③ Autopositionnement

<b>Nom :</b> Dolmans
<b>Prénom :</b> Max
<b>Date :</b> 24/05/2022

#### 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			×	
2	Dans mon travail, je réalise l'ensemble des tâches même celles que je n'aime pas faire				×
3	Dans un groupe, j'essaie d'aider les autres à faire leur travail		×		
4	J'accepte des défis même s'ils sont difficiles			×	
5	J'accepte que quelqu'un pense d'une manière différente de la mienne sans me sentir personnellement attaqué(e)				×
6	J'ai une vue d'ensemble des tâches que j'ai à accomplir			×	
7	J'aime travailler avec d'autres personnes		×		
8	J'écoute les gens et je comprends leurs besoins				×
9	J'essaie des façons différentes de faire des activités			×	
10	J'établis facilement une relation de confiance	×			
11	Dans un groupe, je pense au but commun				×
12	J'utilise mon temps de la façon la plus efficace possible	×			
13	J'aime apprendre à faire de nouvelles choses				×

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

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

		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	