






<p>Auteur : Alain Emery</p>		<p>Version 2.0 04.04.15</p>
 <p>Connaissance de soi</p>	<p>Licence  - <a href="http://creativecommons.org">http://creativecommons.org</a>   Creative Commons </p>	

**Personnalité**

1/ Quels sont les traits dominants de ma personnalité ?

- |              |                          |               |                          |
|--------------|--------------------------|---------------|--------------------------|
| - Leader     | <input type="checkbox"/> | - Analytique  | <input type="checkbox"/> |
| - Intuitif   | <input type="checkbox"/> | - Introverti  | <input type="checkbox"/> |
| - Extraverti | <input type="checkbox"/> | - Communicant | <input type="checkbox"/> |
| - Animateur  | <input type="checkbox"/> | - Protecteur  | <input type="checkbox"/> |

Quelles remarques cette question me suscite ?

.....

.....

.....

.....

**Dons/capacités naturelles**

2/ Je dresse une liste des dons/capacités naturelles que je pense avoir ou que les personnes qui me connaissent bien pensent de moi :

Exemple : Depuis toujours j'ai un don pour le dessin.

- .....	- .....
- .....	- .....
- .....	- .....
- .....	- .....

## Valeurs

3/ Dans la liste suivante quelles sont les 5 valeurs qui semblent importantes à mes yeux ?

Autonomie – Authenticité – Droiture – Vérité – Amour – Amitié – Spiritualité – Liberté – Sociabilité – Religion – Solitude – Argent – Automobile – Maison – Écoute – Respect – Justice – Mode – Animaux – Environnement – Parent – Amis – Conjoint (e) – Travail – Famille – Don de soi – Sexualité – Succès – Science – Passion – Musique – Sagesse – Bénévolat – Hommes – Femmes – Le Savoir – Les enfants – Fraternité – Coopération – Politique – Alcool – Romantisme – Ponctualité – Patriotisme – Aventure – Jeu – Nouveauté – Routine – Paix – Douceur – Égalité – Humour – Éducation – Indépendance – Confiance – Solidarité – Loyauté – Art – Apparence – Frères/Sœurs – Sport – Reconnaissance – Accomplissement – Sécurité – Consommation – Défi – Plaisir – Voyage – Propreté – Harmonie – Perfection – Pouvoir – Santé – Adaptabilité – Réussite – Beauté – Richesse – Abondance – Simplicité – Bonté – Drogue

- .....  
- .....  
- .....

4/ Je classe par ordre d'importance personnel les 5 valeurs suivantes :  
Justice, amitié, non violence, liberté, honnêteté

1- \_\_\_\_\_  
2- \_\_\_\_\_  
3- \_\_\_\_\_  
4- \_\_\_\_\_  
5- \_\_\_\_\_

Quelles remarques cette question me suscite ?

.....  
.....  
.....  
.....



**Capacités**

8/ Quels sont les domaines où j'ai clairement acquis une certaine expérience, une dextérité certaine ?

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

9/ Etait-ce difficile de recenser mes points forts, mes compétences ?

Oui                        Non                 

Si oui, pourquoi ? : .....

.....

.....

## Comportements

10/ Dans la liste suivante, je choisis les traits qui correspondent le mieux à mon comportement dans mon cadre professionnel :

- |                          |                          |               |                          |
|--------------------------|--------------------------|---------------|--------------------------|
| - Joyeux                 | <input type="checkbox"/> | - Réticent    | <input type="checkbox"/> |
| - Inquiet                | <input type="checkbox"/> | - Introverti  | <input type="checkbox"/> |
| - Stressé                | <input type="checkbox"/> | - Communicant | <input type="checkbox"/> |
| - Empathique             | <input type="checkbox"/> | - Protecteur  | <input type="checkbox"/> |
| - Blagueur               | <input type="checkbox"/> | - Triste      | <input type="checkbox"/> |
| - Esquiveur              | <input type="checkbox"/> | - Optimiste   | <input type="checkbox"/> |
| - Aime me faire plaindre | <input type="checkbox"/> | - Détendu     | <input type="checkbox"/> |
| - Agressif               | <input type="checkbox"/> | - Coopératif  | <input type="checkbox"/> |
| - Critique               | <input type="checkbox"/> | - Extraverti  | <input type="checkbox"/> |
| - Compréhensif           | <input type="checkbox"/> | - Solitaire   | <input type="checkbox"/> |
| - Bout en train          | <input type="checkbox"/> | - Concentré   | <input type="checkbox"/> |

Autres :

- |         |         |
|---------|---------|
| - ..... | - ..... |
| - ..... | - ..... |
| - ..... | - ..... |
| - ..... | - ..... |

11/ Suis-je satisfait de mon comportement dans le cadre professionnel ?

Oui  Non

Pourquoi : .....

12/ Est-ce que mon comportement est identique dans le cadre professionnel et personnel ?

Oui  Non

Si non pourquoi ? : .....

13/ Est-ce que je trouve que mon comportement, mes actions sont en accord avec mes valeurs et croyances profondes ?

Oui  Non

Pourquoi : .....

14/ Est-ce que mon comportement est influencé par les autres et est-ce que je fais des choses que parfois je n'ai pas envie de faire ?

Oui  Non

Pourquoi : .....  
.....  
.....