

# KIT ORIENTATION

## Feuille de route de l'enseignant et du tuteur



### MODULE : CONNAISSANCE DE SOI

#### Exercice : mes traits de personnalité

##### Compétence visée :

S'approprier les éléments clés du bilan personnel qui impactent la construction du projet

- Réfléchir sur soi à partir de ses expériences personnelles (histoire, atouts, valeurs, motivations, leviers, freins)
- Mettre en lien expériences, compétences et centres d'intérêt professionnels

Les commentaires à destination de l'enseignant sont surlignés en jaune.

Temps de travail estimé :

30 min

##### Objectif de l'exercice

- Identifier ses points forts et faiblesses en lien avec son expérience personnelle.
- Identifier des axes d'amélioration.

##### Consigne de l'exercice

1. Parmi les binômes de traits de personnalité présentés ci-après, entourez celui qui vous correspond le plus, en vert si vous pensez qu'il s'agit d'une qualité en rouge si vous pensez que c'est un défaut.
2. Parmi les qualificatifs retenus, identifiez vos 5 principaux points forts et vos 3 principaux points faibles.
3. Pour chacun de vos 5 principaux points forts, trouvez un exemple d'une situation où vous avez utilisé ou développé ce point fort (soyez précis). Les exemples donnés peuvent être issus de toutes les expériences de vie (loisirs, expérience associative, sport, job, stage...). L'étudiant doit entrer dans les détails pour expliciter l'expérience, jusqu'à donner un exemple concret de situation.

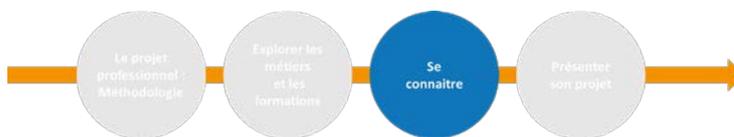
*Par exemple: " Je suis une personne rigoureuse car dans mon expérience de tuteur à la BU de mon université, j'ai dû apprendre et respecter les normes de classification des documents. Il m'est arrivé de former des nouveaux arrivants à la demande de la cheffe de service qui pensait que j'étais suffisamment rigoureuse dans l'utilisation de ces normes pour les transmettre aux autres".*

4. Pour vos 3 principaux points faibles, trouvez un axe d'amélioration ou une parade que vous avez ou pourriez mettre en œuvre.

*Par exemple: "Je suis quelqu'un de trop rigoureux ce qui peut occasionner un besoin de temps plus important pour réaliser une tâche mais il est possible en contrepartie de m'accorder de la*

# KIT ORIENTATION

## Feuille de route de l'enseignant et du tuteur



*confiance dans la réalisation de mon travail. Dans le cadre de mon emploi de tuteur en BU, Il m'est arrivé de former des nouveaux arrivants à la demande de la cheffe de service qui pensait que j'étais suffisamment rigoureux dans l'utilisation de ces normes pour les transmettre aux autres".*

5. Demandez à une personne de votre entourage l'image qu'elle a de vous en vous appuyant sur ces traits de personnalité. Elle doit également s'appuyer sur des exemples concrets.

### Liste des traits de personnalité

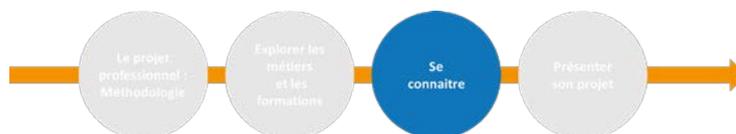
- Réfléchi/impulsif
- Communicatif/secret
- Patient/impatient
- Mesuré/passionné
- Survolté/calme
- Manuel/intellectuel
- Concentré/distrait
- Humble/vantard
- Curieux/peu curieux
- Réaliste/utopiste
- Optimiste/pessimiste
- Anxieux/détendu
- Paresseux/travailleur
- Intuitif/logique
- Ambitieux/peu motivé
- Meneur/suiveur
- Méthodique/désordonné
- Rêveur/pragmatique
- Sérieux/fantaisiste
- Sensible/indifférent
- Souple/intransigeant
- Généreux/égoïste
- Tenace/facilement découragé
- Dynamique/lymphatique
- Dépendant/autonome
- Loyal/opportuniste
- Honnête/manipulateur
- Silencieux/bruyant
- Réservé/bavard
- Confiant/méfiant
- D'humeur égale/lunatique
- Sûr de moi/peu assuré
- Souriant/renfrogné
- Joyeux/triste
- Enthousiaste/insatisfait
- Drôle/sérieux
- Hypersensible/dur
- Organisé/brouillon
- Aimable/peu avenant
- Susceptible/indulgent
- Courageux/peureux
- Buté/ouvert au dialogue
- Magnanime/rancunier
- Habile/maladroit
- Coléreux/flegmatique
- Je reconnais facilement mes erreurs /j'admets difficilement mes torts
- Naïf/rusé
- Prudent/fonceur
- Respectueux/insolent
- Obéissant/indiscipliné
- En retard/ponctuel
- Lent/vif
- Soigné/négligé
- Laxiste/exigeant
- Inquiet/décontracté
- Critique/conformiste
- Individualiste/altruiste
- Souple/autoritaire
- Inventif/peu créatif
- Agressif/posé
- Diplomate/brusque
- Persuasif/peu convaincant
- Équilibré/instable
- Serviable/ personnel
- Je sais écouter/ je coupe la parole
- Solitaire/sociable
- Timide/extraverti
- J'ai l'esprit d'équipe/je préfère agir seul
- J'ai tendance à me surestimer parfois/j'ai tendance à me sous-estimer parfois

### Exemple de point fort :

**Travailleur :** Depuis mes 16 ans, j'occupe mon temps libre en donnant des cours de math et de français (4h par semaine) à des élèves de collège (5<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup>) et en faisant du baby-sitting

# KIT ORIENTATION

## Feuille de route de l'enseignant et du tuteur



une soirée tous les 15 jours. J'ai également participé aux vendanges en Alsace pendant 3 semaines en septembre dernier.

### Exemple de point faible :

**Peu assuré** : je manque de confiance en moi mais j'envisage de m'inscrire à des cours de théâtre d'improvisation pour oser prendre la parole en public.