

DÉFINISSEZ VOTRE AUTO PORTRAIT PROFESSIONNEL

ÉTAPE 1 : L'INTENTION - Pourquoi se définir ?

Qu'est-ce qu'un autoportrait professionnel ?

C'est une représentation claire et honnête de vos traits de caractère, de vos préférences et de vos modes de fonctionnement au travail.

L'objectif : La clarté pour mieux avancer

Comprendre vos forces et vos tendances naturelles vous permet de choisir des environnements et des missions où vous pourrez pleinement vous épanouir.



ÉTAPE 2 : LA MÉTHODE - Comment s'explorer ?

Positionnez-vous face à des affirmations

La méthode vous propose des paires d'affirmations opposées. Choisissez celle qui vous ressemble le plus pour révéler vos préférences.

Êtes-vous plutôt...



Chaleureux(se) et communicatif(ve), à l'aise avec les autres.



Réservé(e) et discret(e), ayant besoin d'être mis(e) en confiance.

...Plutôt...



Adaptable, vous changez facilement et résistez à l'imprévu.



Prévoyant(e), vous aimez anticiper pour ne pas être pris(e) au dépourvu.

...Ou encore...



Imaginatif(ve) et orienté(e) vers la conception.



Pratique et terre à terre, orienté(e) vers la réalisation.

ÉTAPE 3 : LE RÉSULTAT - Mettre des mots sur soi

Composez votre profil unique

Une fois vos tendances identifiées, utilisez une liste de caractéristiques pour nommer avec précision les traits qui vous définissent.

Un vocabulaire riche pour vous décrire

Authentique
Persévérant(e)
Créatif(ve) Intègre
Logique Empathique
Conscientieux(se)
Dynamique Intuitif(ve)
Méthodique Optimiste
Rationnel(le)



Amélie COLLOT
Conseillère en Image &
Insertion Professionnelle