



# Je me présente : Guide d'utilisation des outils

## ***Ma feuille de route :***

- Faire le point sur mes talents ou qualités,
- identifier mes motivations profondes,
- déterminer mes envies dans chaque domaine de vie (familial, couple, social, personnel et professionnel) dans le respect de mes valeurs
- prendre conscience de mes contraintes personnelles,
- savoir me présenter de manière positive,
- m'assurer que mon projet est compatible avec ces éléments.

## ***Outil « Mes caractéristiques personnelles »***

Cette grille est destinée à vous permettre d'exprimer vos points forts et vos points faibles.

En la remplissant vous-même, vous les faites ressortir : vous êtes en mesure de parler de vous et de répondre à la question classique « qualités / défauts ».

En la faisant remplir par un proche (parent, ami), vous réalisez ce qu'il voit de vous : discutez avec lui pour comprendre les éventuels écarts. Ils peuvent n'être dûs qu'à des interprétations du sens des mots, et ils peuvent, au contraire, révéler des écarts de perception intéressants.

En la faisant remplir par quelqu'un qui vous connaît très peu (quelqu'un de votre groupe de TD, un nouveau collègue de travail...), vous aurez cette fois l'idée de l'image que vous envoyez. Cette image n'est certainement pas la réalité de votre personnalité, en revanche elle aide à comprendre ce que vous suscitez comme « préjugé ». C'est très utile notamment pour préparer un entretien : votre interlocuteur lui non plus ne vous connaîtra pas, et fonctionnera comme tout le monde par préjugé.

## ***Outil « Mes centres d'intérêts »***

Indiquez librement tout ce à quoi vous pouvez choisir d'occuper votre temps quand vous n'avez aucune contrainte : sports, loisirs, occupations diverses.

Indiquez les sujets, les idées, les thèmes qui vous intéressent, en général. Précisez ceux sur lesquels vous vous êtes plus particulièrement penché.

Ensuite vous indiquez tout ce qui vous fait envie, sans tenir compte de vos freins ou de vos contraintes.

## ***Outil « Mes valeurs prioritaires »***

La grille proposée liste des « valeurs » qui peuvent être déterminantes dans le choix d'un emploi. A vous de réfléchir à ce qu'elles évoquent pour vous. Évaluez chacune d'elles de - - à + +, selon qu'elles n'ont aucun impact sur votre décision ou que, au contraire, elles représentent quelque chose d'essentiel à vos yeux.

## ***Outil « Mes conditions de travail »***

Même chose pour les conditions de travail dans lesquelles vous souhaitez évoluer.

**Attention** : toutes ces indications sont susceptibles d'évoluer avec le temps, en fonction de l'environnement dans lequel on vit ou de ses propres expériences. N'hésitez pas à reprendre périodiquement ces grilles pour vérifier la pertinence de votre présentation et de vos choix.