

Vos traits de personnalité

La grille suivante présente un listing de traits de personnalité.

- Parmi chaque binôme de traits de personnalité présentés, **choisissez celui qui vous correspond le plus souvent (placez-vous dans un contexte professionnel)**
- Identifiez si ce trait de personnalité est, selon vous, **un de vos points forts, un de vos points faibles ou ni l'un ni l'autre.**
- Pour chaque point fort, **trouver un exemple** d'une situation où vous avez utilisé ou développé ce point fort (soyez précis). Pour chaque point faible, **trouvez une parade** ou un axe d'amélioration.
- Pour plus d'objectivité, demandez à une personne qui vous connaît bien d'effectuer le même exercice que vous sans qu'elle puisse voir vos réponses puis comparez vos résultats. L'image que l'on renvoi n'est pas toujours celle que l'on pense et cet exercice va vous permettre d'identifier les éventuels décalages.

Je suis	C'est un de mes points forts	Ce n'est ni l'un ni l'autre	C'est un de mes points faibles	Commentaires et exemples	L'avis d'un tiers		
					C'est un de ses points forts	Ce n'est ni l'un ni l'autre	C'est un de ses points faibles
réfléchi / impulsif							
communicatif / secret							
patient / impatient							
mesuré / passionné							
survolté / calme							
manuel / intellectuel							
concentré / distrait							
humble / vantard							
tenace / facilement découragé							
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							
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							
je reconnais mes erreurs / j'admets difficilement mes torts							
magnanime / rancunier							
habile / maladroit							
coléreux / flegmatique							
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							
j'ai l'esprit d'équipe / je préfère agir seul							
je me surestime parfois / je me sous-estime parfois							
diplomate / brusque							
persuasif / peu convaincant							
équilibré / instable							
serviable / personnel							
je sais écouter / je coupe la parole							
minutieux / grossier							
solitaire / sociable							
timide / extraverti							