

AP – BIEN ÊTRE – SEANCE 1

Diagnostic personnalité – qui je suis ?

- Je me présente

<u>Qui suis-je ?</u>
<u>Mes loisirs et centres d'intérêt</u>

- *Je peux caractériser ma personnalité par 3 adjectifs*

Ce que je dirais pour me caractériser
-
-
-

Ce que disent les autres
-
-
-

- Je peux caractériser ma personnalité :

→ Je souligne les expressions qui me définissent :

Habile des deux mains Idéaliste Autoritaire, aimant diriger Travailleur Poli Persévérant Organisé, méthodique Individualiste, indépendant, solitaire Désordonné, brouillon Conscientieux, sérieux Coopératif Sincère Curieux de tout Contestataire, d'esprit critique	Rêveur, pensif Observateur Enthousiaste Qui a beaucoup d'imagination Spontané, naturel Volontaire, prenant des initiatives Actif, dynamique Résistant à la fatigue Amical Original Serviable, attentif aux autres Rapide Aimant prendre des responsabilités	Ingénieux, inventif, créatif Réfléchi Renfermé, très timide Calme De santé fragile Qui s'exprime facilement Persuasif, convaincant Impatient, impulsif Inquiet, pas sûr de soi Compréhensif, tolérant, conciliant Sociable, aimant la compagnie Ambitieux Perfectionniste Artiste
--	---	--

- Quelle est l'image que j'ai de moi-même ... ?

a. Je cite au moins 2 qualités et 2 défauts qui me définissent - selon moi - selon mes proches (parents, etc).

Mes qualités selon moi

Mes qualités selon mes proches

Mes défauts selon moi

Mes défauts selon mes proches

- Comment je voudrais être perçu ? (texte libre)