ENTRETIEN PERSONNALISE – SE CONNAITRE

Objectifs : faire un point sur vos goûts et centres d'intérêt.

1. **Vos centres d'intérêt**

Interrogez-vous sur vos envies, centres d'intérêt et atouts : cochez d'une couleur les cinq activités que vous préférez puis, d'une autre couleur, les cinq que vous aimez le moins.

Aider, conseiller	Organiser, gérer	Soigner	Travailler un matériau
M'occuper des animaux	Préserver l'environnement	M'occuper d'enfants, d'adolescents	Travailler à l'extérieur
Convaincre, négocier, enseigner, éduquer	Pratiquer des langues vivantes	Enquêter, rechercher, analyser l'information	Faire un travail de précision
Faire du sport	Réparer	Être indépendant	Manier des chiffres
Me déplacer souvent	Faire du commerce	Fabriquer, construire	Diriger, décider
Exercer un métier artistique ou créatif	Travailler en contact avec la nature	Avoir des sensations fortes	Défendre, secourir, surveiller
M'occuper des personnes âgées	M'occuper des personnes en situation de handicap		

Quelles sont vos qualités, à votre avis ?

□ accueillant	□ adroit	□ aimable	□ ambitieux
□ appliqué	□ astucieux	□ autonome	□ calme
□ courageux	□ créatif	□ dynamique	□ efficace
□ énergique	□ fort	□ franc	□ gentil
□ habile	□ honnête	□ logique	□ minutieux
□ ordonné	□ organisé	□ patient	□ ponctuel
□ responsable	□ serviable	□ tolérant	□ travailleur

ENTRETIEN PERSONNALISE – SE CONNAITRE

Qu'aimez-vous faire en dehors du lycée?

……
……

Pratiquez-vous un sport ? ☐ oui ☐ non
Si oui, le(s)quel(s) ? ……..

Jouez-vous d'un instrument ? ☐ oui ☐ non
Si oui, le(s)quel(s) ? ……..

Pratiquez-vous une activité artistique ? ☐ oui ☐ non
Si oui, laquelle ou lesquelles ? ……..

Faites-vous partie d'un club ou d'une association ? ☐ oui ☐ non
Si oui, précisez : ……..
……

2. Méthodes de travail et résultats scolaires

Pendant les cours	**En dehors des cours**
☐ Je prends des notes correctement.	☐ J'utilise les ressources du CDI.
☐ Je comprends les explications.	☐ J'utilise mes heures de permanence pour travailler seul ou avec mes camarades.
☐ Je me concentre sans difficulté.	☐ Je sais équilibrer le temps passé en loisirs et le temps nécessaire pour avancer dans mon travail.
☐ Je participe activement à l'oral.	☐ Je fais mes devoirs, révise mes leçons et m'avance dans mon travail
☐ Je pose des questions lorsque je ne comprends pas.	☐ Je classe mes affaires et trie mes cours.

Les compétences

Cochez les compétences que vous développez en classe :

☐ S'impliquer dans son travail	☐ Respecter des consignes	☐ Prendre des initiatives
☐ Maintenir son attention	☐ Travailler en équipe	☐ Accepter un point de vue différent du sien
☐ Être autonome dans son travail	☐ S'exprimer clairement à l'oral	☐ Prendre confiance en soi

ENTRETIEN PERSONNALISE – SE CONNAITRE

Cochez les compétences que vous développez à la maison :

Reprenez la liste de vos activités à la maison. Pour chacune d'elles, essayez de dégager les compétences que vous développez.
Par exemple, pratiquer un sport collectif permet de développer l'esprit d'équipe, jouer aux échecs permet de développer sa concentration, cuisiner fait appel à de la créativité et à la rigueur…

Pour vous aider, vous pouvez prendre appui sur la liste de compétences suivante :
confiance en soi, autonomie, rigueur, créativité, mobilité, sens de l'organisation, adaptabilité, esprit d'équipe, compétitivité, sens de l'engagement, concentration, curiosité
N'hésitez pas à ajouter d'autres compétences que vous connaissez.

	Compétences développées
Activités à la maison	
Activités sportives	
Activités artistiques	

Quelles sont vos matières préférées ?

□ français □ mathématiques □ SVT
□ histoire-géographie □ sciences physiques
□ LV1 : …… □ LV2 : …….
□ arts plastiques □ Techno/TP
□ éducation musicale □ EPS

Surlignez les matières dans lesquelles vous réussissez le mieux.

3. Stages et métiers

Ce que vous avez appris en stage, ce sont aussi des compétences que vous avez développées. Détaillez ici ce que vous avez appris en stage.

……
……
……
……
……
……

ENTRETIEN PERSONNALISE – SE CONNAITRE

Auriez-vous une ou plusieurs idée(s) du métier que vous aimeriez exercer ?
……
……
……
……

Conclusion

- Parmi la liste des actions illustrant vos centres d'intérêt, pouvez-vous citer des professions, des secteurs professionnels qui font appel à ces centres d'intérêt ?

- Parmi la liste des actions illustrant vos qualités, pouvez-vous citer des professions, des secteurs professionnels qui font appel à ces qualités ?