

Grille d'Auto-Évaluation _ Projet Professionnel

Évaluez votre Connaissance de Soi et de vos Compétences

Cette grille d'auto-évaluation vous propose des exemples concrets pour vous aider à structurer votre réflexion. Elle vise à traduire un sentiment général en une compréhension claire de vos forces et de vos axes d'amélioration.

Sur l'échelle ci-dessous, évaluez votre connaissance de vous-même et de vos compétences personnelles en choisissant le niveau qui vous correspond le mieux : 1 (Très faible) à 5 (Excellent).

Échelle d'Auto-Évaluation de la Connaissance de Soi

Échelle	Niveau	Explication Détailée
1	Très faible	Je n'ai pas vraiment réfléchi à mes compétences ou à ce qui me passionne. Je ne suis pas sûr de mes points forts ou de ce que j'aime faire. Le concept de connaissance de soi est assez nouveau pour moi.
2	Faible	J'ai quelques idées sur ce que j'aime, mais je n'ai jamais vraiment pris le temps de lister mes forces et mes faiblesses. Je me sens un peu perdu quand il s'agit de parler de mes compétences en dehors de mon parcours scolaire.
3	Moyen	Je sais identifier certaines de mes qualités comme la rigueur ou l'organisation, et j'ai des centres d'intérêt clairs. Cependant, je ne suis pas certain de la manière dont ces compétences se traduisent dans un contexte professionnel ou de la façon de les mettre en valeur sur un CV.
4	Bon	Je suis conscient de mes principales forces et de mes faiblesses, et je peux donner des exemples concrets de situations où je les ai utilisées (par exemple, un travail de groupe ou un projet personnel). Je sais ce qui me motive et ce qui m'intéresse, mais je cherche encore à relier cela à un projet professionnel précis.
5	Excellent	J'ai une idée très claire de mes valeurs, de mes motivations et de mes compétences techniques et non techniques. Je peux les illustrer avec de nombreuses expériences (stages, projets, activités). J'ai déjà un projet professionnel en tête qui correspond à ma personnalité et à mes aptitudes, et je sais comment je vais le mettre en œuvre.