



# SE CONNAÎTRE

## DÉFINITIONS DES TERMES

Le plus grand voyageur n'est pas celui qui a fait 10 fois le tour du monde, mais celui qui a fait une seule fois le tour de lui-même.

Gandhi

### INTÉRÊT

J'AIME

Attrance naturelle pour une chose ou une activité.

- On peut être attiré par quelque chose sans l'avoir expérimenté.
- Nos intérêts peuvent varier dans le temps.

Ex : J'aime jardiner.

### APTITUDE

J'AI DE LA FACILITÉ À

Talent naturel, capacité d'accomplir une tâche avec succès.

- Une aptitude peut se développer avec la pratique.
- On peut être bon dans quelque chose, mais ne pas aimer ça (et vice-versa).

Ex : J'ai de la facilité à travailler en équipe.

### VALEUR

J'AI BESOIN

Ce qui te rend bien, heureux. Ce qui est important pour toi.

- Tes valeurs guident tes pensées, actions et décisions.

Ex : J'ai besoin de contribuer au bien-être de la planète.

### TRAIT DE PERSONNALITÉ

JE SUIS

Ce qui te décrit, ce qui caractérise ta façon d'être.

- Qualité, force, point fort, défaut, point à travailler.

Ex : Je suis organisé. Je suis impatient.

### EXIGENCES PROFESSIONNELLES

JE VEUX

Ce que tu aimerais retrouver dans un travail.

- Il est important de savoir ce qui te rend heureux au travail.
- Certaines exigences peuvent être négociables.

Ex : Je veux travailler à la campagne.

