

Lister les activités et tâches puis les relier vers le haut et vers le bas comme dans l'exemple...

*Je suis...*

*Je suis capable de...*

Les activités et tâches que j'ai réalisées

- × Autonomie
- × Déterminé
- × Adaptable
- × Soigneux
- × Minutieux
- × Enthousiaste
- × Constructif
- × Curieux
- × Fiable
- × Meticuleux
- × Organisé
- × Serviable
- × Créatif
- × Ambitieux
- × A l'écoute des autres

- × .....
- × .....
- × .....
- × .....
- × .....
- × .....

- × .....
- × .....
- × .....

× *J'ai aidé mon oncle à construire une maison*

- × Analyser de l'information
- × M'adapter en fonction du contexte
- × Evaluer le résultat de mon travail
- × Identifier mes besoins
- × Apprendre par moi-même

- × Travailler en équipe
- × Communiquer avec des clients
- × Suivre des instructions
- × M'investir dans un projet

- × Faire face au stress
- × Donner des idées pour faire avancer le travail
- × Organiser mon travail en autonomie
- × Résoudre des problèmes
- × Prendre des initiatives
- × Gérer les urgences
- × Etablir des priorités entre les tâches