

Connaissance de soi

Objectifs :

- Identifier ses qualités, défauts, ses priorités dans la vie et dans le travail et de pouvoir les illustrer
- Cibler le mode de vie et les structures de travail et environnements professionnels qui pourraient lui convenir
- Préparer un argumentaire pour se présenter soi-même (job-dating, entretien d'embauche, en face à face ou par téléphone)

Durée estimée : 1h30 à 2h

Matériel pédagogique à prévoir : paperboard ou tableau, ordinateur, vidéoprojecteur, connexion internet

Modalités d'évaluation possibles : fiches et/ou tableaux à rendre + exposé - synthèse (écrit et/ou oral)

COMPRENDRE l'intérêt de bien se connaître				
Compétence visée				
Activités	Modalités pédagogiques	Support /ressources	Les conseils du SOIP	Durée
A travers l'écriture et les échanges, prendre conscience et formaliser ses traits de personnalité et ses priorités	Exposé introductif : <i>Pourquoi est-ce si important de se connaître soi-même ?</i> Exercice individuel <i>Par écrit indiquer : mes qualités, mes défauts, mes priorités (vie et travail)</i> Travail en binômes sur les qualités et défauts vus par quelqu'un d'autre	Fiches et tableaux (Platine et/ou Pec – Vidéos Platine (adresse), Pec et/ou Apec) Quelles sont vos qualités et vos défauts ? Cf : https://video.apec.fr/video_apec_quelles_sont_vos_qualites_et_vos_defauts.html Pour connaître et prouver ses qualités et défauts et prendre conscience de ses priorités (vie et travail), cf les tableaux des pages « Savoir être » : http://platine.univ-lorraine.fr/index.php?id=143	Des variantes sont possibles et permettent de comprendre le sens des mots : <i>Proposer aux étudiants de :</i> - utiliser des exemples - s'auto évaluer - hiérarchiser 3 à 5 traits de personnalité et les illustrer	45 mn

Compétence visée	PARLER de soi (argumentaire avec illustration qualités/défauts)			
Activités	Modalités pédagogiques	Support d'exercices	Les conseils du SOIP	Durée
Se présenter à l'oral Participer à des mises en situation / jeux de rôle Questionner et analyser l'intérêt de l'argumentaire et ses défauts Proposer des pistes d'amélioration à travers des scénarii	Exercice oral En individuel ou en sous-groupe, se présenter devant le grand groupe avec la consigne : <i>Parler de soi avec des exemples concrets de situations rencontrées</i> En individuel ou en petits groupes, - Effectuer un retour d'images pour analyser l'intérêt de l'argumentaire - Utilisation de post-it anonymes pour revenir sur les défauts de l'argumentaire - Présenter des scénarii possibles pour pallier les défauts	https://jd.apec.fr/Emploi-stage/Premier-job/Les-outils-Apec/Preparer-ses-entretiens/Apec-Presentez-vous-en-3-minutes Questionnaire de Proust : http://www.philo5.com/Penser%20par%20soi-meme/QuestionnaireMarcelProust.htm	Lorsque les étudiants sont nombreux, il est préférable de privilégier la présentation en sous-groupes. <i>Dans ce cas : distribuer à chacun un rôle (candidat, recruteur ou critique)</i> Le questionnaire de Marcel Proust peut être utilisé sous forme de jeu ; au lieu de demander à chaque étudiant de donner une réponse par écrit, on fait alors tirer une question (31 au total), voire deux, par exemple « La couleur que je préfère ? » ou « Le pays où je désirerais vivre ? » ; cette version orale a pour but de surprendre et surtout d'improviser oralement une réponse, si possible avec tact et humour, situation que l'on peut vivre en entretien.	45 mn /1h15

Ajouter là le lien vers l'entretien de recrutement