

DOCUMENT ELEVE

PACOURS « SE CONNAÎTRE » : ATELIER SUR LES VALEURS

OBJECTIF : Identifier les valeurs les plus importantes pour toi pour construire sa vie personnelle et professionnelle

CONSIGNES :

1. Identifier

A partir du tableau ci-dessous :

- coche toutes les valeurs qui sont importantes pour TOI
- surligne les 5 valeurs qui sont ARCHI importantes pour toi
- classe les 5 valeurs obtenues de la plus importante à la moins importante

Liste des valeurs

| | | | |
|------------------------|-------------------------|-------------------------|--------------------------|
| 1 - Altruisme | 34 - Droiture | 67 - Humour | 100 - Respect des règles |
| 2 - Ambition | 35 - Ecologie | 68 - Image de soi | 101 - Respect de soi |
| 3 - Amitié | 36 - Ecoute | 69 - Indépendance | 102 - Responsabilité |
| 4 - Amour | 37 - Edification | 70 - Individualisme | 103 - Rigueur |
| 5 - Argent | 38 - Efficacité | 71 - Indulgence | 104 - Santé |
| 6 - Art du bonheur | 39 - Egalité | 72 - Influence | 105 - Sécurité |
| 7 - Assiduité | 40 - Engagement | 73 - Intégrité | 106 - Sérénité |
| 8 - Assurance | 41 - Entraide | 74 - Intelligence | 107 - Sérieux |
| 9 - Attention | 42 - Equilibre | 75 - Justice | 108 - Sincérité |
| 10 - Attitude positive | 43 - Equité | 76 - Légèreté | 109 - Sociabilité |
| 11 - Audace | 44 - Esprit critique | 77 - Liberté | 110 - Solidarité |
| 12 - Authenticité | 45 - Esprit d'équipe | 78 - Loyauté | 111 - Statut social |
| 13 - Auto dérision | 46 - Exactitude | 79 - Morale | 112 - Succès |
| 14 - Autonomie | 47 - Excellence | 80 - Noblesse de cœur | 113 - Tempérance |
| 15 - Beauté | 48 - Exemplarité | 81 - Objectivité | 114 - Tendresse |
| 16 - Bienveillance | 49 - Famille | 82 - Originalité | 115 - Tolérance |
| 17 - Bonté | 50 - Fiabilité | 83 - Ouverture d'esprit | 116 - Travail |
| 18 - Caractère | 51 - Fidélité | 84 - Partage | 117 - Vaillance |
| 19 - Choix | 52 - Foi | 85 - Patience | 118 - Vérité |
| 20 - Cohérence | 53 - Force de caractère | 86 - Pédagogie | 119 - Vie |
| 21 - Combativité | 54 - Fraicheur d'esprit | 87 - Performance | 120 - Vie associative |
| 22 - Compassion | 55 - Franchise | 88 - Politesse | 121 - Vie de famille |
| 23 - Compréhension | 56 - Fraternité | 89 - Ponctualité | 122 - Vie sociale |
| 24 - Congruence | 57 - Gaieté | 90 - Pondération | 123 - Volonté |
| 25 - Courage | 58 - Générosité | 91 - Pouvoir | |
| 26 - Créativité | 59 - Gentillesse | 92 - Pragmatisme | |
| 27 - Délicatesse | 60 - Grandeur d'âme | 93 - Professionnalisme | |
| 28 - Détermination | 61 - Hardiesse | 94 - Pugnacité | |
| 29 - Diplomatie | 62 - Harmonie | 95 - Reconnaissance | |
| 30 - Discrétion | 63 - Héroïsme | 96 - Rectitude | |
| 31 - Disponibilité | 64 - Honnêteté | 97 - Religion | |
| 32 - Distance | 65 - Honneur | 98 - Renommée | |
| 33 - Don de soi | 66 - Humanité | 99 - Résilience | |

2. Définir

Donne TA propre définition de chacune des 5 valeurs identifiées. Pour t'aider, tu peux te poser les questions suivantes :

Concrètement, qu'est-ce que (valeur XXXX) veut dire pour toi ?

En quoi (valeur XXXX) est importante pour toi ?

3. Nourrir

Pour chacune des 5 valeurs identifiée et définie :

- trouve un exemple qui montre que cette valeur est satisfaite

OU

- imagine ce que tu pourrais faire pour augmenter la satisfaction de cette valeur (activité, comportement, action...) ?

Valeur n°1 :

Exemples d'actions :

Valeur n°2 :

Exemples d'actions :

Valeur n°3 :

Exemples d'actions :

Valeur n°4 :

Exemples d'actions :

Valeur n°5 :

Exemples d'actions :
