

## QUESTIONNAIRE DE VALORISATION DES COMPETENCES EN FIN DE MOBILITE

**Nom :** \_\_\_\_\_ **Date :** \_\_\_\_\_  
**Prénom :** \_\_\_\_\_  
**Type de mobilité (stage, volontariat) :** \_\_\_\_\_  
**Programme :** \_\_\_\_\_  
**Dates du projet du \_\_\_\_\_ au \_\_\_\_\_**  
**Nom de l'entreprise ou de la structure d'accueil :** \_\_\_\_\_

### **Quelles compétences retenir de mon expérience de mobilité internationale ?**

Vous terminez votre expérience de mobilité au cours de laquelle vous avez renforcé ou développé des compétences qui pourront vous servir tout au long de votre vie professionnelle, citoyenne et personnelle.

Vous avez complété un premier questionnaire au début de cette expérience. **Nous vous remercions, à présent, de remplir le second, dans un délai de 7 jours avant votre départ.**

#### **Mode d'emploi :**

- Rappel : il ne s'agit pas d'une évaluation, il s'agit de vous accompagner dans le repérage de vos compétences en vue de valoriser votre expérience de mobilité.
- Cochez, pour chaque série, la ou les affirmations qui vous correspondent le mieux. Vous pouvez, le cas échéant, choisir de ne pas vous prononcer.
- **Pour remplir ce questionnaire, souvenez-vous des différentes situations vécues dans le cadre de votre expérience internationale (situations liées à votre stage ou mission et situations liées à votre vie quotidienne sur place).**
- Si vous le pouvez, illustrez votre choix par un exemple issu d'une situation, vécue à l'international, que vous êtes en capacité d'expliquer.

Nous vous ferons parvenir **un document personnalisé** qui vous permettra d'identifier vos compétences, repérer vos forces pour mieux les valoriser, par exemple, lors d'un prochain entretien d'embauche.

Un livret de suivi a également été envoyé à votre responsable de stage. Ce peut être l'occasion d'échanger avec lui.

Si vous avez des questions relatives à ce questionnaire, n'hésitez pas à communiquer avec l'organisme qui vous a permis de partir.

### Série 1

<i>Pour moi, la critique est constructive. Elle m'aide à faire évoluer mon point de vue.</i>	
<i>J'expose mes idées sans chercher à les imposer.</i>	
<i>J'accepte des opinions différentes de la mienne.</i>	
<i>J'écoute les opinions des personnes qui m'entourent.</i>	
<i>Ne se prononce pas</i>	
<b>Exemple :</b>	

### Série 2

<i>J'ose affirmer mes choix et mes opinions.</i>	
<i>Je prends ma place dans un groupe en fonction de ce que je suis capable de faire.</i>	
<i>J'observe mon environnement pour agir au mieux.</i>	
<i>Je m'exprime sans me sentir déstabilisé par la critique.</i>	
<i>Ne se prononce pas</i>	
<b>Exemple :</b>	

### Série 3

<i>Je m'intègre à un réseau de personnes existant.</i>	
<i>Je crée mon propre réseau de contacts.</i>	
<i>Je maintiens des liens avec mon réseau de contacts en communiquant régulièrement avec ses membres (rencontres et réseaux sociaux).</i>	
<i>J'agrandis mon réseau de contacts en intégrant de nouvelles personnes (rencontres et réseaux sociaux).</i>	
<i>Ne se prononce pas</i>	
<b>Exemple :</b>	

### Série 4

<i>Avant d'agir, je prends en compte les ressources et les contraintes de l'environnement.</i>	
<i>Avant d'agir, j'analyse la situation.</i>	
<i>Avant d'accepter de faire quelque chose, je m'assure d'avoir bien compris ce qu'on attend de moi.</i>	
<i>Avant d'agir, je construis un plan d'action.</i>	
<i>Ne se prononce pas</i>	
<b>Exemple :</b>	

### Série 5

<i>Je suis à l'initiative de changement(s).</i>	
<i>Je participe activement au changement en faisant des propositions.</i>	
<i>Je suis créatif (j'ai des idées et j'imagine différentes façons de faire).</i>	
<i>J'apprends de nouvelles tâches, technologies et procédures pour m'impliquer dans le changement.</i>	
<i>Ne se prononce pas</i>	
<b>Exemple :</b>	

### Série 6

<i>En cas d'échec, je n'abandonne pas et je cherche les moyens de rebondir.</i>	
<i>Je prends des initiatives (je fais des choses sans attendre qu'on me le demande).</i>	
<i>Je m'interroge sur ce que je peux faire en analysant mes forces (connaissances, capacités, qualités personnelles) et mes limites.</i>	
<i>J'accepte des défis (j'accepte d'accomplir des actions que je n'ai pas l'habitude de faire).</i>	
<i>Ne se prononce pas</i>	
<b>Exemple :</b>	

### Série 7

<i>Je change mes plans et mes façons de faire quand je suis face à un imprévu.</i>	
<i>Je me procure les ressources nécessaires pour m'adapter.</i>	
<i>Je m'adapte au(x) changement(s) tout en gardant mon efficacité.</i>	
<i>Je change mes repères, mes habitudes lorsqu'un changement survient.</i>	
<i>Ne se prononce pas</i>	
<b>Exemple :</b>	

### Série 8

<i>Je choisis le bon moyen de communication en fonction de la personne à qui je m'adresse.</i>	
<i>Je communique facilement avec de nouvelles personnes.</i>	
<i>Je suis à l'écoute des autres.</i>	
<i>Je me mets à la place des autres pour comprendre leurs sentiments.</i>	
<i>Ne se prononce pas</i>	
<b>Exemple :</b>	

## Série 9

<i>Je compare les différentes cultures (coutumes, valeurs, façons de faire ...) des personnes qui m'entourent avec la mienne.</i>	
<i>Je pose des questions, je cherche des réponses pour comprendre les différences de culture dans mon environnement.</i>	
<i>Je n'hésite pas à aller vers l'inconnu.</i>	
<i>Je m'intéresse aux autres.</i>	
<i>Ne se prononce pas</i>	
<b>Exemple :</b>	

## Série 10

<i>J'explique aux autres comment résoudre un problème.</i>	
<i>Face à un problème, je demande de l'aide si nécessaire.</i>	
<i>Je trouve une solution lorsqu'un problème survient.</i>	
<i>Je prévois certains problèmes qui pourraient survenir.</i>	
<i>Ne se prononce pas</i>	
<b>Exemple :</b>	

## Série 11

<i>Je prends des décisions avec les autres.</i>	
<i>J'évite de prendre des risques inconsidérés, pour moi et les autres.</i>	
<i>Je suis responsable de mes actes (je suis capable de les expliquer et d'en accepter les conséquences).</i>	
<i>J'encourage les décisions prises à plusieurs.</i>	
<i>Ne se prononce pas</i>	
<b>Exemple :</b>	

## Série 12

<i>Dans un groupe, j'identifie clairement les places et rôles de chacun.</i>	
<i>Je participe aux activités du groupe pour atteindre un but commun.</i>	
<i>Quand je suis dans un groupe, j'apporte mon aide à ses membres.</i>	
<i>Quand je suis dans un groupe, je fais passer l'intérêt collectif avant le mien.</i>	
<i>Ne se prononce pas</i>	
<b>Exemple :</b>	

### Série 13

<i>J'ai conscience de mes forces (connaissances, capacités et qualités personnelle).</i>	
<i>Je reconnais mes limites.</i>	
<i>Dans l'action, j'essaie de dépasser mes limites.</i>	
<i>Je travaille mes points faibles pour les transformer en points forts.</i>	
<i>Ne se prononce pas</i>	
<b>Exemple :</b>	

### Série 14

<i>Je comprends ce que le changement peut me faire gagner ou perdre.</i>	
<i>Je comprends les causes du changement.</i>	
<i>J'analyse le changement pour me faire ma propre idée, je garde un esprit critique.</i>	
<i>Le changement (l'inconnu) ne me fait pas peur, je l'accueille de façon positive.</i>	
<i>Ne se prononce pas</i>	
<b>Exemple :</b>	

## Série 15

<i>Je m'enrichis de la diversité qui m'entoure.</i>	
<i>Je m'intéresse aux autres dans leurs différences.</i>	
<i>Je partage mes différences avec les autres (j'échange avec eux sur ma propre culture).</i>	
<i>J'ai conscience de la diversité des personnes qui m'entourent (valeurs, façons de faire, de penser...).</i>	
<i>Ne se prononce pas</i>	
<b>Exemple :</b>	