

Jeu de cartes OCEAN – Mini-manuel d'utilisation

OCEAN - Cartes (© S. Rochat, 2019)

Version [imprimable](#) – Version [online](#)

Objet	La personnalité désigne la configuration durable des caractéristiques et des comportements d'un individu (APA, 2015). Elle est relativement stable au cours de la vie, mais pas avant l'âge adulte.
Ancrage	Le jeu OCEAN s'appuie sur le modèle de la personnalité du Big Five développé par Costa et McCrae (1992) qui distingue 5 grandes catégories de la personnalité et 30 facettes spécifiques pour décrire finement ces tendances : ouverture, caractère consciencieux, extraversion, agréabilité et névrosisme.
Principe	Le jeu OCEAN vise à soutenir le processus de conseil en orientation en permettant : • de décrire de manière souple ses manières habituelles de percevoir, ressentir, penser et agir ; • d'identifier des environnements professionnels susceptibles de valoriser ces tendances ; • de repérer d'éventuelles sources d'inadéquation ou de tension entre un profil et un contexte de travail. La personnalité peut également être abordée avec des tests, mais l'utilisation d'un jeu de cartes favorise un rapport dialogique, collaboratif et réflexif, plutôt qu'évaluatif.
Processus	En référence au modèle des 5As du conseil en orientation, le jeu OCEAN est particulièrement pertinent dans la phase : • d'Activation de l'introspection, pour favoriser la connaissance de soi à partir des caractéristiques saillantes de la personnalité et ouvrir la réflexion sur l'adéquation entre la personne et son environnement.
Contenu	Le jeu OCEAN contient 30 cartes, chacune correspondant à une facette du modèle de Costa et McCrae, formulée sous forme d'un adjectif descriptif.
Passation	1. Inviter la personne à classer les cartes selon le degré auquel elle se reconnaît dans les différents adjectifs ; 2. Inviter la personne à distinguer si les adjectifs retenus décrivent plutôt sa sphère privée ou professionnelle ; 3. Examiner ensemble les liens éventuels entre ces descriptifs et les aspirations professionnelles de la personne, ainsi que les environnements de travail envisagés.
Compléments	Pour approfondir : • Le livre « L'art du conseil en orientation » (chapitre 5.2) ; • Le livre « Les 5As du conseil en orientation » (chapitre 4.1).
Interprétation	Les lettres et les pictogrammes sur chaque carte peuvent aider à identifier des tendances : O  = ouverture ; C  = caractère consciencieux ; E  = extraversion ; A  = agréabilité ; N  = névrosisme.
Références	American Psychological Association. (2015). <i>APA dictionary of psychology</i> . Author. Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). Normal personality assessment in clinical practice: The NEO Personality Inventory. <i>Psychological Assessment</i> , 4(1), 5–13.