

Inventaire SKILLS-Loisirs

(SKILLS-L ; © S. Rochat, 2021    )

Nom, Prénom :

Date :

Ci-dessous, vous trouverez une liste de compétences : indiquez dans quelle mesure vous pensez les mobiliser dans le cadre de votre activité de loisirs favorite, selon l'échelle suivante : pas du tout (-), un peu (=), beaucoup (+).

Votre activité de loisirs : _____

	Leadership
1.	Avoir une vision d'ensemble
2.	Établir et communiquer une vision stratégique
3.	Déterminer les priorités et une ligne d'action
4.	Fédérer les gens autour d'une vision
5.	Soutenir la culture de groupe
6.	Promouvoir l'innovation
7.	Accompagner le changement
8.	Motiver, inspirer et mobiliser les gens
9.	Se montrer exemplaire
10.	Faire preuve d'humilité
	Management
11.	Former des équipes efficaces
12.	Diriger et gérer des équipes
13.	Identifier et promouvoir les potentiels
14.	Encourager les gens
15.	Favoriser un climat de collaboration
16.	Résoudre les conflits
17.	Accueillir les plaintes et répondre aux besoins
18.	Déléguer et répartir le travail
19.	Favoriser la coordination dans l'équipe
20.	Offrir un cadre de travail et des consignes claires

Degré de mobilisation		
-	=	+

		Degré de mobilisation		
		-	=	+
	Communication			
	21. Faire preuve d'écoute active			
	22. Adapter son message à son public			
	23. S'exprimer avec clarté et conviction par écrit			
	24. S'exprimer avec clarté et conviction par oral			
	25. Maîtriser les codes de communication visuelle			
	26. Saisir les comportements non verbaux			
	27. Donner des feedbacks constructifs			
	28. Négocier			
	29. Persuader, rallier autrui à sa cause			
	30. Faire preuve de tact et de diplomatie			
	Résolution de problème			
	31. Observer attentivement			
	32. Récolter et traiter les informations pertinentes			
	33. Analyser des situations complexes, ambiguës			
	34. Identifier les problèmes			
	35. Identifier les solutions possibles			
	36. Identifier les ressources à disposition			
	37. Prendre des décisions			
	38. Faire preuve d'acuité et de discernement			
	39. Rester optimiste face à l'adversité			
	40. Identifier, discuter et apprendre de ses erreurs			
	Éthique			
	41. Faire preuve d'intégrité			
	42. Être fiable et respecter ses engagements			
	43. Respecter les règles et les consignes			
	44. Maintenir l'ordre et respecter le matériel			
	45. Être ponctuel-le et respecter les échéances			
	46. Prêter attention aux détails, être précis-e			
	47. Assumer ses responsabilités			
	48. S'engager dans son travail, viser l'excellence			
	49. Faire preuve de professionnalisme			
	50. Faire preuve d'honnêteté, de droiture			

		Degré de mobilisation		
		-	=	+
	Flexibilité			
51. Travailler de manière autonome				
52. Gérer plusieurs tâches, être polyvalent-e				
53. Faire preuve de proactivité, d'initiative				
54. Être curieux-se, ouvert-e d'esprit				
55. Adopter différents points de vue				
56. Tolérer les risques et l'incertitude				
57. S'adapter à un contexte changeant				
58. Tenir compte des imprévus				
59. Trouver des plans de secours				
60. Se remettre en question				
	Créativité			
61. Penser de manière divergente				
62. Utiliser son imagination				
63. Échafauder des scénarios hypothétiques				
64. Trouver de nouvelles manières de faire				
65. Générer plusieurs idées d'affilée				
66. Recadrer les choses sous un angle nouveau				
67. Oser agir sans avoir peur de se tromper				
68. Questionner, remettre en question l'évidence				
69. S'amuser, se fixer des défis personnels dans ses tâches				
70. Écouter et suivre son intuition				
	Gestion de projet			
71. Fixer et prioriser des objectifs				
72. Identifier des étapes intermédiaires				
73. Fixer et respecter des délais				
74. Anticiper les obstacles				
75. Activer les ressources disponibles				
76. Mettre en place des stratégies				
77. Évaluer la progression				
78. Établir et/ou tenir un budget				
79. Adapter les moyens aux fins				
80. Planifier la marche à suivre				

		Degré de mobilisation		
		-	=	+
	Techniques			
	81. Maîtriser les outils informatiques			
	82. Être à l'aise avec les chiffres			
	83. Être habile de ses mains			
	84. Faire preuve de résistance physique			
	85. Se représenter dans l'espace			
	86. Percevoir correctement les couleurs			
	87. Coordonner ses mouvements			
	88. Conduire un véhicule avec fluidité			
	89. Monter, assembler, fabriquer des objets			
	90. Entretien, ranger, nettoyer du matériel ou des locaux			
	Personnelles			
	91. S'organiser, gérer son temps efficacement			
	92. S'auto-motiver, persévérer			
	93. Connaître et respecter ses limites			
	94. Être authentique, fidèle à ses valeurs			
	95. Faire preuve de maîtrise de soi			
	96. Savoir rire de soi-même, pratiquer l'autodérision			
	97. Faire preuve d'introspection			
	98. Écouter, comprendre et gérer ses émotions			
	99. Fonctionner sous la pression, gérer le stress			
	100. Apprendre, se former en continu			
	Sociales			
	101. Faire preuve d'empathie			
	102. Donner et recevoir des critiques constructives ou des compliments			
	103. Faire preuve de tolérance et de respect			
	104. Faire preuve de pédagogie, enseigner			
	105. Gagner et mériter le respect d'autrui			
	106. Animer un groupe			
	107. Savoir demander de l'aide			
	108. Savoir dire non, oser s'affirmer			
	109. Accorder sa confiance à autrui			
	110. Faire preuve d'humour, détendre l'atmosphère			

