

L'INDICE DE PERSONNALITÉ<sup>MC</sup>  
DE TRAVAIL

# DÉVELOPPEMENT

J. Exemple

## Votre rapport

L'indice de personnalité de travailMD décrit les principales caractéristiques de votre style personnel qui influencent la façon dont vous abordez les tâches, la façon dont vous interagissez avec les gens et votre performance au travail. Cette évaluation mesure 21 traits qui fournissent un aperçu complet de votre personnalité professionnelle.

Le rapport sur le développement de l'indice de personnalité au travail est conçu comme un outil de croissance professionnelle. Il contient des notes interprétatives qui peuvent être utiles pour accroître votre réussite au travail et dans la vie. Le rapport se concentre sur les caractéristiques personnelles et les comportements qui influencent votre performance dans un environnement de travail, et le rapport contient des informations sur vos points forts et les techniques pour augmenter votre efficacité.

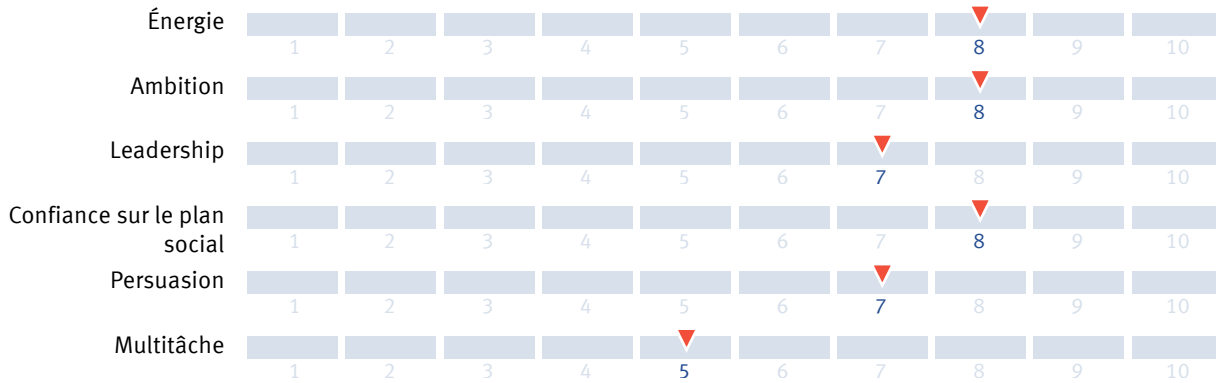
Des scores plus élevés ne signifient pas une meilleure compatibilité au rôle que vous occupez ou que vous aspirez à accomplir. Les caractéristiques humaines peuvent être soit une force, soit une faiblesse selon la situation : un atout dans un contexte peut être un défi dans un autre. Chacun a ses points forts et ses domaines qui peuvent nécessiter des améliorations. Veuillez consulter l'interprétation détaillée de chaque échelle et tenir compte de votre situation individuelle avant de tirer des conclusions.

Gardez ces questions à l'esprit lorsque vous examinez les résultats :

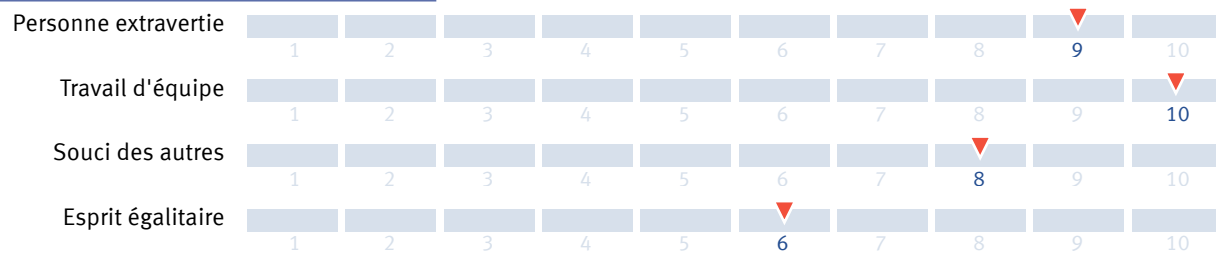
- Cette description me parle-t-elle ?
- Cette préférence est-elle un point fort ? Si oui, quelles stratégies de développement personnel m'aideront à exploiter davantage cette force ?
- Cette préférence a-t-elle été un défi pour moi dans le passé ? Si oui, quelles stratégies de développement personnel m'aideront à m'adapter en conséquence ?

## Votre Profil

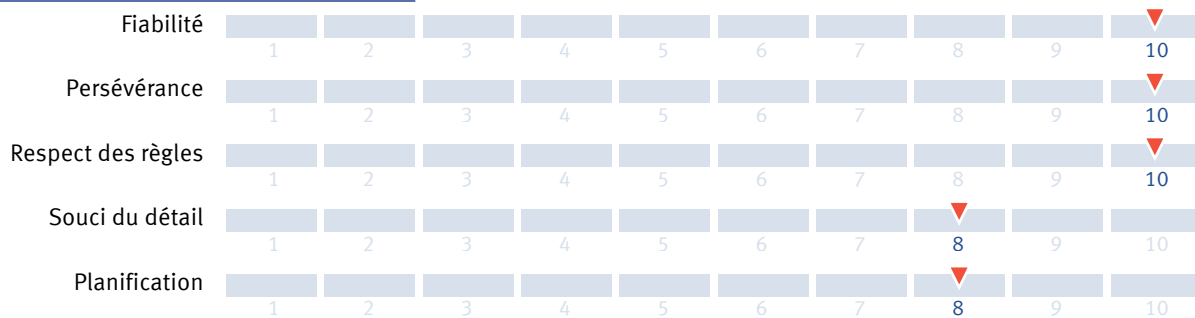
### Énergie et le dynamisme



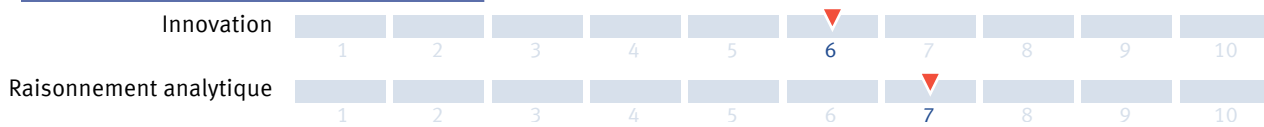
### Travailler avec les autres



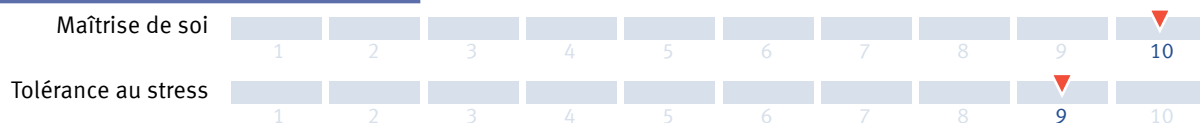
### Votre style au travail



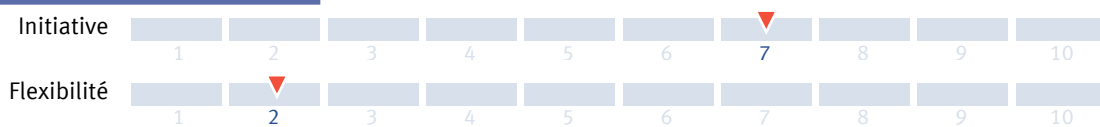
### La résolution de problèmes



### Faire face à la pression et au stress



### Reconnaître et gérer le changement



## Énergie et le dynamisme

Cette section du rapport considère l'énergie et l'ambition que vous exhibez au travail et dans la vie. Ces éléments jouent un rôle primordial dans votre cheminement de carrière et les efforts que vous faites pour atteindre le succès. Plus que toutes les autres sections dans le présent rapport, celle de l'énergie et de l'ambition examine la manière dont vous vous présentez au reste du monde, votre style de leadership, et la façon dont vous relevez les défis et surmontez les obstacles. Enfin, votre seuil d'ambition met au premier plan votre façon de travailler à atteindre vos objectifs.

### Énergie



Vous êtes une personne active, remplie d'énergie et une grande capacité de résistance. Vous aimez le travail qui vous oblige à relever un défi mental ou même physique ; vous aimez être occupé. Bien que le travail très exigeant vous épuise, vous devenez vite ennuyé si le travail est trop au ralenti ou s'il n'y a pas de défi à relever. Les personnes telles que vous travaillent habituellement bien dans des situations exigeantes, mais il leur faut, comme à vous, un certain temps de repos pour refaire le plein d'énergie.

#### Stratégies de développement personnel

- Apprenez à développer des techniques de détente pour travailler de manière moins agitée. Sachez reconnaître que tout le monde de votre entourage ne partage pas votre degré d'énergie.
- Vous avez tendance à prendre plaisir à vous tenir très actif. Vous devez alors éviter de vous impliquer dans un trop grand nombre d'activités.
- Apprenez à reconnaître les instants où vous êtes trop occupé pour éviter de trop vous engager.

### Ambition



Dans l'ensemble, vous êtes d'un esprit aussi compétitif que la moyenne. Vous admettez, comme la plupart des gens, qu'il est nécessaire de se fixer des objectifs et de faire un effort sérieux pour réussir. Cependant, vous aimez maintenir une attitude équilibrée qui reflète l'importance que vous attachez à votre travail et à votre vie privée. On en voit la preuve quand on examine les objectifs raisonnables que vous vous fixez ; vous ne vous percevez pas comme une personne démesurément compétitive. Ainsi, tandis que certains vous perçoivent comme une personne motivée à réussir, peu vous considèrent comme un bourreau de travail.

#### Stratégies de développement personnel

- Considérez de quelle manière votre ambition et votre esprit compétitif affectent l'équilibre que vous devez maintenir dans votre carrière et dans votre vie privée.
- Dans certaines situations, votre style compétitif n'est pas approprié. Lorsque vous travaillez en équipe ou avec d'autres personnes, vous auriez intérêt à adopter une attitude un peu moins compétitive.

## Énergie et le dynamisme

### Leadership



Vous aimez être en position d'autorité plus que la plupart des gens. Vous êtes raisonnablement confortable, en général, lorsqu'il s'agit d'influencer ceux qui vous entourent, et vous gravitez vers les rôles de leadership. Votre attitude face au rôle de leadership est plus directionnelle que consultative. Vous êtes ainsi très efficace dans des positions qui exigent un leadership plus autoritaire et où vous devez prendre la direction des opérations et le choix des décisions.

#### Stratégies de développement personnel

- Laissez aux autres le soin de prendre le rôle de direction quand leurs compétences et leurs connaissances s'y prêtent mieux.
- Évitez de dire souvent aux gens ce qu'il faut faire, surtout s'ils ne travaillent pas pour vous.
- Apprenez à reconnaître les situations où un leadership consultatif serait plus approprié.

### Confiance sur le plan social



Vous êtes à l'aise et sûr de vous-même dans des situations sociales et aimez recevoir de l'attention des autres. Vous êtes rapidement à l'aise lorsque vous rencontrez des gens pour la première fois. Vous engagez facilement des conversations avec les personnes que vous rencontrez. Vous aimez être le centre d'attention, vous êtes sûr de vous et à l'aise de parler devant les autres. Vous êtes à l'aise dans les contextes formels aussi bien que les contextes informels.

#### Stratégies de développement personnel

- Votre assurance peut être envahissante et intimidante pour les autres, en particulier pour les personnes plus timides. Apprenez à solliciter l'engagement des gens qui paraissent demeurer en retrait. Ils peuvent avoir d'excellentes idées, mais sont intimidés par votre exubérance.
- Vous dominez aisément un contexte de groupe ou une conversation. Cédez parfois votre place et accordez aux autres leurs moments de gloire.
- Lorsque vous travaillez dans un groupe, accordez aux autres la chance de participer et de gérer. Votre confiance peut vous conduire à prendre les devants tout naturellement, tandis que les autres peuvent aussi aimer pouvoir assumer ce rôle.

## Énergie et le dynamisme

### Persuasion



Vous êtes à l'aise d'entamer des négociations et de participer à des discussions. Vous aimez persuader les gens à accepter vos idées ou votre point de vue. Les gens tels que vous prennent plaisir à la négociation, à la vente et au marchandage et ont le don d'influencer les gens. Il est peu probable que vous reconnaissiez immédiatement les positions qui diffèrent des vôtres à moins d'engager de longues discussions.

#### Stratégies de développement personnel

- Vos habiletés à défendre vos points de vue pourraient vous rendre intransigeant. N'oubliez pas de prendre un recul par rapport à une discussion et d'envisager d'autres opinions qui, quoique différentes des vôtres, pourraient s'avérer tout aussi valables.
- Apprenez à écouter attentivement les opinions des autres, même durant une discussion. Vous constaterez que les autres ont des points de vue qui pourraient ajouter des éléments positifs aux vôtres.
- Le compromis constitue un atout important. Le meilleur résultat ou la meilleure approche ne sera pas nécessairement la vôtre, mais plutôt une combinaison de vos opinions et de celles des autres.

### Multitâche



Vous préférez avoir un équilibre de plusieurs tâches à accomplir et pouvoir vous concentrer sur une seule tâche. Vous croyez pouvoir accorder une certaine importance aux tâches qui doivent être accomplies simultanément, de vous concentrer sur ces tâches et de les mener à bien. Cependant, si vous avez trop de tâches à accomplir en même temps vous pourriez sentir que vous êtes incapable de vous concentrer suffisamment sur chaque tâche.

#### Stratégies de développement personnel

- Maintenez l'équilibre entre relever de nouveaux défis et vous assurer de ne pas assumer trop de responsabilités. Vous pourrez ainsi saisir les occasions tout en vous concentrant suffisamment sur chaque tâche.
- Lorsque vous trouvez que vous avez à accomplir trop de tâches ou à assumer trop de responsabilités, mettez au point des techniques pour composer avec ces exigences. Elles peuvent inclure des logiciels de planification, des listes de « choses à faire », et la délégation.

## Travailler avec les autres

Tout emploi comporte un degré d'interaction avec les gens. Vos caractéristiques personnelles ont des répercussions importantes sur la part et la qualité de l'interaction que vous choisissez d'avoir avec les autres. Ceci comprend également votre façon de travailler avec les autres et les types de relations que vous souhaitez entretenir. L'IPT évalue quatre traits qui correspondent clairement à votre façon de travailler avec les autres. Il est important de connaître l'approche de travail que vous privilégiez, car elle aura une influence directe sur les types de travail et les interactions personnelles qui vous satisferont

### Personne extravertie



Vous êtes une personne très extravertie et sociable. Comme bien d'autres personnes de ce genre, vous aimez rencontrer de nouvelles personnes et vous êtes à l'aise en groupe. Les autres vous perçoivent comme une personne pleine d'entrain, animée et volubile. Vous semblez prendre plaisir à faire de nouvelles connaissances ; vous préférez le travail qui vous permet d'interagir avec plusieurs personnes. Votre audace sociale vous rend efficace dans des circonstances où vous devez souvent faire affaire à des étrangers.

#### Stratégies de développement personnel

- Lorsque vous rencontrez de nouvelles personnes, assurez-vous de leur accorder des chances égales de parler et de dire ce qu'elles pensent. Surveillez-vous : ne soyez pas trop bavard ou extraverti.
- Examinez vos opinions avant de les exprimer devant des personnes que vous ne connaissez pas bien. Des personnes ardentes comme vous peuvent parfois dire des paroles qu'elles regrettent plus tard.
- Mettez plus d'effort à écouter ce que disent les autres que d'aller de l'avant avec vos propres idées ou vos opinions.

## Travailler avec les autres

### Travail d'équipe



Par rapport à d'autres personnes, vous préférez le travail d'équipe. Vous semblez graviter vers les tâches qui vous permettent de travailler en collaboration avec d'autres personnes. Vous, et d'autres comme vous, faites preuve d'un bon esprit de participation, vous êtes dynamique et vous donnez l'impression d'être un bon membre d'équipe. Vous êtes disposé à faire passer le succès du groupe avant le vôtre. La plupart des gens tels que vous aiment venir en aide aux autres et les aider à atteindre leurs objectifs. Ainsi, votre contribution peut être très productive dans des situations où la majeure partie du travail s'accomplit en équipe.

#### Stratégies de développement personnel

- Votre préférence marquée pour le travail d'équipe peut vous empêcher de donner une rétroaction critique aux membres de votre groupe. Faites preuve de plus de souplesse quand il s'agit de transmettre de la critique constructive.
- Votre désir de travailler en collaboration avec d'autres peut vous amener à promettre plus que vous n'êtes en mesure de livrer. Assurez-vous de ne pas exagérer.
- Travaillez de façon indépendante à des tâches que vous pouvez compléter de manière autonome, car il est souvent inefficace d'impliquer les autres dans ces activités.
- Consacrez du temps à cibler vos objectifs personnels.

### Souci des autres



Votre souci pour les autres est plus fort que la moyenne. Vous êtes à la fois aimable et généreux. La plupart du temps, vous êtes conscient des sentiments des autres et vous êtes sensible aux nuances émotives et sociales. Il vous arrive parfois de choisir de vous détacher sur le plan émotif, vous pouvez également être quelque peu sélectif quand il s'agit de donner votre appui aux autres. Votre genre attachant vous permet de travailler efficacement dans des situations où il est important de savoir évaluer les pensées et les sentiments des gens. Toutefois, vous pourriez avoir de la difficulté à prendre des décisions qui affectent les gens de façon négative si vous maintenez ces préférences.

#### Stratégies de développement personnel

- Lorsque vous prenez une décision, assurez-vous de ne pas accorder plus d'importance qu'il le faut à l'impact de votre décision sur votre entourage.
- Dans certaines circonstances, vous aurez intérêt à maintenir une distance avec les autres.
- Gardez-vous bien de ne pas prendre les problèmes des autres sur vos épaules.
- Assurez-vous de ne pas trop vous soucier pour les autres ; cette attitude pourrait passer, à leurs yeux, pour de l'indiscrétion ou de la curiosité.

## Travailler avec les autres

### Esprit égalitaire



Lorsque vient le temps de prendre des décisions, vous alternez entre la consultation et le choix seul en fonction de la gravité de la question. Vous reconnaissez les avantages à faire participer les gens au processus de prise de décision ; cependant, vous êtes disposé à agir seul et ignorer les conseils des autres s'ils sont incompatibles avec vos propres opinions. Lorsque vous vous retrouvez dans un poste où il y a trop de supervision ou si un trop grand nombre de personnes sont impliquées dans le processus décisionnel, vous pourriez vous sentir limité. Par ailleurs, vous n'aimeriez sans doute pas travailler dans un milieu où vous ne pourriez pas consulter vos collègues.

#### Stratégies de développement personnel

- Consultez les autres lorsqu'il s'agit de prendre des décisions qui entraînent des conséquences majeures.
- Prenez seul les petites décisions.
- Apprenez à reconnaître à quel instant votre style décisionnel est trop ralenti (trop de consultation) ou dans quelles circonstances votre style ne vous permet pas de recueillir suffisamment d'information (pas assez de consultation).

## Votre style au travail

Chaque individu aborde son travail à sa manière. Les différences dans les styles de travail peuvent être attribuées aux différences de l'attention qu'un individu accorde aux détails, à sa fiabilité et à sa volonté de créer de la structure et d'offrir des conseils. Vos préférences dans ces domaines influenceront le type de tâches, ainsi que les environnements de travail que vous trouverez agréables, et où vous vous sentirez à l'aise d'assumer un rôle de leadership.

### Fiabilité



Vous accordez beaucoup d'importance au respect des échéanciers et l'achèvement du travail dans les délais. Les autres voient en vous une personne à qui on peut faire confiance, une personne responsable et consciencieuse. Vous avez tendance à vous soucier beaucoup de respecter vos obligations et respecter tous vos engagements. Lorsque vous travaillez avec des collègues, il vous arrive d'accorder beaucoup d'importance non seulement à l'achèvement du travail et mais aussi à l'achèvement dans les délais. Les gens tels que vous tiennent leurs promesses jusqu'au bout et déçoivent très rarement les gens.

#### Stratégies de développement personnel

- Soyez flexible pour ajuster vos priorités au travail. Ceci vous permettra de répondre aux exigences les plus importantes en premier plutôt que vous adonner aux tâches qui occupaient le premier rang.
- Assurez-vous de ne pas promettre plus que vous ne pouvez livrer. Face à un trop grand nombre de tâches, vous pourriez vous sentir stressé ; vous pourriez être insatisfait face à l'idée de respecter les échéances que vous vous êtes fixés.

### Persévérance



Vous êtes une personne tenace qui n'abandonne pas facilement. Vous aimez mettre tous vos efforts de façon soutenue pour surmonter les obstacles et résoudre les problèmes. Vous préférez sans doute rester plus tard au travail pour compléter une tâche plutôt que de la laisser au lendemain. Vous n'avez pas trop de difficulté à travailler malgré les distractions ou même l'occasionnelle période d'ennui ; il est rare que vous ne soyez pas ardent à la tâche. Ce type de comportement est efficace dans des situations où on exige pour chaque tâche un effort soutenu pour assurer qu'elle soit complétée avec succès.

#### Stratégies de développement personnel

- Puisque vous êtes si tenace, il est important pour vous d'apprendre à reconnaître à quel moment un projet ne mérite plus d'efforts ou de ressources pour le compléter.
- Évitez de juger ceux et celles qui sont moins tenaces que vous comme des individus qui ne sont pas engagés.
- Évitez de consacrer trop d'énergie à certaines activités. Vous pourrez augmenter votre efficacité en mettant de côté certaines tâches.

## Votre style au travail

### Respect des règles



Vous aimez travailler selon des directives spécifiques et vous préférez respecter le mieux possible les règles du jeu. On dit que vous êtes une personne hautement intègre parce que vous appliquez strictement les règles, même lorsque cela ne vous convient pas personnellement. Résultat : vous aimez travailler dans des situations bien structurées où il y a peu de variation dans la façon dont se fait le travail. Vous suivez les instructions au pied de la lettre ; vos supérieurs considèrent que vous êtes un employé facile à superviser.

#### Stratégies de développement personnel

- Acceptez facilement d'adapter et de modifier les règles et les structures de travail pour les rendre plus efficaces si celles-ci n'entraînent pas de conséquences fâcheuses.
- Examinez souvent les directives de votre travail pour vous assurer qu'elles demeurent efficaces.
- Si vous maintenez vos anciennes habitudes de travail, il se peut fort bien que vos intérêts ne soient pas bien servis. Vous auriez intérêt à développer une attitude qui remet en question votre façon de travailler pour être plus efficace.

### Souci du détail



Votre souci du détail est plus grand que la moyenne. Par rapport à d'autres personnes, vous adoptez une façon méthodique et ordonnée dans votre travail, et vous portez une attention toute particulière aux détails. Vous exprimez un désir intense de bien faire les choses. Résultat : votre entourage vous perçoit comme une personne perfectionniste. Vous aimez vérifier les détails de votre travail, mais vous pouvez vous épuiser si vous ne vous éloignez pas de temps à autre du travail minutieux. Le soin que vous apportez aux détails est utile dans les situations où il est nécessaire d'examiner les données à la loupe et où les erreurs peuvent entraîner des conséquences fâcheuses. Citons, comme exemples, la sécurité personnelle et financière de même que les questions légales.

#### Stratégies de développement personnel

- Attardez-vous à examiner les grandes lignes d'un projet avant d'en étudier les détails.
- Évitez de vous acharner aux détails de moindre importance.
- Reconnaissez à quel moment il peut être nécessaire de sacrifier la qualité en faveur des échéances.
- Ne vous laissez pas embourber dans des normes faussement exagérées.

## Votre style au travail

### Planification



Vous vous sentez le plus à l'aise dans une structure qui donne lieu à des plans détaillés, et vous estimez que l'établissement de plans à long terme mène à des routines de travail efficaces. Vous aimez préparer des plans détaillés avant d'entamer un projet. Les gens comme vous aiment songer à l'avenir et le planifier d'une manière structurée pour pouvoir donner des instructions claires et offrir une structure aux autres. Vous pourriez ressentir de la frustration et du stress si vous devez entamer un projet sans un plan détaillé ou lorsque le temps est restreint.

#### *Stratégies de développement personnel*

- Les situations critiques et limitées dans le temps nécessitent parfois une action ponctuelle sans planification élaborée. Apprenez à reconnaître quand des plans détaillés ne sont pas nécessaires ou réalisables. Il en résultera une plus grande efficacité lorsqu'il faut intervenir rapidement.
- Quelle que soit la qualité d'une bonne planification ou d'un horaire, ils peuvent être touchés par des imprévus. Bien que vous souhaiteriez peut-être vous en tenir à un plan, reconnaissez que la situation a changé et modifiez les priorités en conséquence.
- La volonté de planifier peut se traduire par des retards dans la prise de décisions. Sachez identifier à quel moment il faut prendre une décision rapidement.
- Ne négligez pas vos propres besoins. Concentrez vos activités sur la planification, l'élaboration de stratégies et l'organisation du calendrier lorsque vous le jugez approprié ou avantageux.

## La résolution de problèmes

La résolution de problèmes implique deux activités principales, soit l'analyse d'informations et l'élaboration de solutions. Vos caractéristiques personnelles telles que l'intuition, l'imagination, l'originalité, l'ouverture d'esprit et une approche analytique au travail ont une influence sur la façon dont vous dirigez chacune de ces tâches.

### Innovation



Vous admettez être une personne qui a un esprit créatif et inventif comme on trouve chez la plupart des gens. Vous aimez rechercher des solutions aux problèmes qui sont à la fois originales et pratiques. Comme la plupart des gens, vous avez un esprit raisonnablement ouvert, mais vous préférez examiner les suggestions et les solutions qui sont bien logiques. Les gens tels que vous acceptent de créer à partir des idées de ceux qui les entourent, mais ils sont capables d'être eux-mêmes créatifs.

#### Stratégies de développement personnel

- Maintenez un esprit ouvert devant les idées et les solutions non traditionnelles.
- Examinez attentivement les idées des autres avant de les écarter.
- Maintenez une attitude équilibrée entre l'expression des idées créatives et l'étude des aspects pratiques de la tâche à accomplir.

### Raisonnement analytique



Vous avez un esprit plus analytique et réfléchi que la plupart des gens. Vous prenez le temps de bien penser à votre affaire. Vous obtenez le plus d'information possible avant d'aller de l'avant. Dans le travail où des erreurs peuvent avoir des conséquences fâcheuses, votre attitude analytique est bien précieuse. Les personnes comme vous préfèrent se fier à des données bien fondées plutôt qu'à leur intuition. Bien que cette attitude évite de commettre des erreurs, il est parfois difficile de prendre des décisions rapides.

#### Stratégies de développement personnel

- Ne vous attardez pas trop longtemps à analyser des questions qui ne sont pas importantes.
- Commencez à vous fier à votre intuition lorsque vient le temps de chercher des solutions.
- Évitez de critiquer les personnes qui ont un style moins analytique que le vôtre.

## Faire face à la pression et au stress

Votre façon de faire face à la pression et au stress ainsi que votre force émotionnelle et votre souplesse ont une influence sur votre façon d'aborder le travail. Les gens qui tolèrent bien le stress et peuvent faire face à plusieurs exigences ont tendance à bien réussir dans des postes à pression intense. Ceux qui sont portés à subir des expériences stressantes ont tendance à obtenir du succès et de la satisfaction dans des postes moins exigeants.

### Maîtrise de soi



Vous vous percevez comme une personne calme, décontractée, sans anxiété. Vous arrivez si souvent et si bien à contenir vos émotions que les gens qui vous connaissent ne sont pas conscients de vos vrais sentiments. Les personnes qui ont un style de comportement comme le vôtre sont lentes à la colère et se laissent rarement insulter. Dans des situations difficiles, vous dites rarement des paroles que vous regrettez plus tard. Vous êtes à l'aise dans un milieu de travail où on vit des émotions fortes.

#### Stratégies de développement personnel

- Démontrez de l'enthousiasme et de l'excitation devant vos collègues.
- Exprimez vos pensées et vos sentiments à votre entourage. Vous développerez des relations plus solides avec les collègues et les clients.
- Évitez de passer pour une personne froide et détachée aux yeux des autres.

### Tolérance au stress



Vous tolérez très bien le stress. Résultat : vous travaillez efficacement dans les situations très stressantes qui vous obligent à répondre à plusieurs exigences. Il vous arrive peu souvent d'être envahi par les soucis et vous maintenez un comportement efficace au travail malgré les contretemps. Les personnes comme vous n'ont pas de mal à se détendre et peuvent avoir une très bonne influence sur leur entourage. Vous gérez les situations stressantes de manière équilibrée et raisonnable. Vous vous jugez libre de tout stress.

#### Stratégies de développement personnel

- Puisque vous tolérez si bien le stress et n'avez pas tendance à vous inquiéter, il se peut que vous ne consacriez pas assez de temps à planifier et à préparer vos tâches. Surveillez votre attitude détendue, elle pourrait affecter votre degré de préparation au travail de manière négative.
- Limitez votre participation au travail routinier où la pression est faible. Ce type d'activités peut vous ennuyer ou vous rendre léthargique.
- Aidez vos collègues à conserver une attitude calme et détendue dans les situations stressantes.

## Reconnaître et gérer le changement

Votre façon d'aborder et de gérer le changement influence les tâches et les situations dans lesquelles vos qualités de leadership seront efficaces. Les gens qui se décrivent comme étant flexibles et orientés vers l'avenir semblent plus aptes et expriment plus de satisfaction à entreprendre des tâches qui impliquent beaucoup de changement. Dans des environnements de travail plus stables, les gens qui se décrivent comme étant fiables et axés sur le présent ont généralement plus de succès. Vos préférences à identifier et gérer le changement, ainsi que leur impact probable sur votre vie sont énoncées ci-après.

### Initiative



Les gens tels que vous aiment rechercher de nouvelles opportunités et à en tirer profit. Ils aiment aussi chercher tous les moyens d'améliorer leur travail. Il résulte de votre style proactif un désir d'accepter plus de responsabilités en vue de profiter de toutes les opportunités que vous avez ciblées. Vous aimez surpasser les défis et vous êtes disposé à faire plus de travail pour y arriver. Cependant, si on cumule trop de responsabilités sur votre charge actuelle de travail, vous pourriez commencer à ressentir un certain stress.

#### Stratégies de développement personnel

- Assurez-vous que votre intention de cibler les nouvelles opportunités et d'en tirer profit ne vous empêche pas de mener à bien vos responsabilités actuelles.
- Discutez avec d'autres des opportunités que vous avez ciblées avant d'agir.
- Achevez vos tâches habituelles et stables même si elles sont ennuyeuses.
- Assurez-vous de ne pas accepter trop de responsabilités qui vous empêchent de les mener toutes à terme de manière satisfaisante.

### Flexibilité



Vous préférez le travail bien structuré où il y a peu de changements et où la routine est constante. Vous aimez utiliser des méthodes travail qui ont fait leurs preuves. Devant trop nombreux changements, vous pourriez vous sentir accablé. Bien que vous puissiez vous adapter au changement, vous avez du mal à vous adapter à tout changement très subit et complet. En général, vous êtes plus efficace dans des situations où vos tâches et vos responsabilités sont précises et ne changent que très rarement. Vous êtes disposé à accomplir du travail répétitif, et vous tolérez mieux que d'autres le travail routinier.

#### Stratégies de développement personnel

- Adoptez une attitude plus flexible en vue d'augmenter votre efficacité dans des situations de travail où les changements sont fréquents.
- Adoptez une attitude positive et optimiste devant les changements ; voyez-y une occasion pour améliorer votre vie.
- Apprenez des techniques qui vous aideront à gérer le changement de manière plus efficace.

## L'interprétation de votre rapport d'IPT

Le rapport de développement de l'Indice de personnalité en milieu de travail (IPT) a été conçu dans le but de vous aider à reconnaître vos forces particulières et à cibler les domaines susceptibles d'améliorer votre efficacité personnelle et professionnelle. L'IPT mesure des caractéristiques personnelles qui comportent des aspects négatifs et positifs. Lorsque vous utilisez ce rapport, vous devriez chercher à apprendre, qui vous êtes afin de tirer profit des valeurs positives de vos caractéristiques et atténuer leur aspect moins favorable. Plus vous comprendrez votre façon de gérer les situations, mieux vous pourrez réaliser votre plein potentiel et prendre des décisions qui vous donnent plus de satisfaction. Les étapes de planification ci-dessous vous aideront à mieux vous connaître et à identifier vos points forts et ceux qu'il faut améliorer.

- Tout d'abord, lisez votre rapport à quelques reprises. Accordez une attention spéciale à ce qu'il dit à votre sujet et surlignez les énoncés qui semblent vous décrire le mieux. Dressez une liste de ces énoncés dans le modèle « Identifier vos forces » plus loin dans ce rapport.
- Soulignez ensuite les énoncés qui vous surprennent ou qui indiquent les domaines où vous pourriez être plus efficace. Réfléchissez à ces qualités et consultez les gens qui vous connaissent bien pour en vérifier l'exactitude. Penchez-vous sérieusement sur cette tâche en utilisant le modèle « Identifier vos besoins en matière d'amélioration ».
- Élaborez un plan pour prévenir ou éviter les comportements qui pourraient réduire votre efficacité et votre rendement. Dressez une liste des domaines qu'il faudrait aborder pour améliorer votre travail et votre vie personnelle. Examinez de près le contexte actuel, et définissez des objectifs réalistes pour augmenter votre efficacité. Tenez ensuite compte de vos objectifs futurs et définissez les ajustements que vous pourriez faire pour les atteindre. Utilisez le modèle « Plan d'action » pour cette démarche.

Modifier votre approche aux tâches et face aux gens et à l'environnement exige des efforts soutenus et beaucoup de temps. Il n'est pas facile de changer ses préférences, mais avec de la pratique, il est possible de s'adapter au changement pour répondre aux besoins immédiats. À mesure que vous exploitez vos points forts, dressez le bilan de vos progrès avec ceux qui vous connaissent bien. Ils vous aideront à garder le cap sur vos objectifs et fourniront de la rétroaction sur vos progrès.

## IDENTIFIER VOS FORCES

Vos forces	Questions, idées et thèmes liés à ces forces

## IDENTIFIER VOS BESOINS EN MATIÈRE D'AMÉLIORATION

Vos besoins en matière d'amélioration	Questions, idées et thèmes liés à ces étapes d'amélioration

## L'interprétation de votre rapport d'IPT

### PLAN D'ACTION

Qualifications et compétences que vous souhaiteriez développer	Étapes nécessaires à franchir pour acquérir de nouvelles qualifications et de nouvelles compétences	Ressources nécessaires	Délais prévus