

SWISS skills
mission 
future TEAM

Matériel de support
Glossaire des forces

Une offre de SwissSkills. Rendue possible par UBS.



Table des matières

Abstrait(e)	3
Ambitieux(euse)	3
Analytique	3
Axé(e) sur l'action	4
Compatissant(e)	4
Complexe	4
Compréhensif(ive)	5
Concret(ète)	5
Conscientieux(euse)	5
Constant(e)	5
Créatif(ive)	6
Critique	6
Déterminé(e)	6
Digne de confiance	6
Effectif(ive)	7
Empathique	7
Équilibrant(e)	7
Expressif(ive)	8
Fiable	8
Flexible	8
Imaginatif(ive)	9
Indépendant(e)	9
Instruisant(e)	9
Inventif(ive)	9
Logique	10
Méthodique	10
Objectif(ive)	10
Ouvert(e) d'esprit	10
Patient(e)	11
Persévérant(e)	11
Polyvalent(e)	11
Pragmatique	12
Pratique	12
Précis(e)	12
Qui accepte	13
Rationnel(elle)	13
Réaliste	13
Serviable	14
Social(e)	14
Spontané(e)	14
Stratégique	15
Théorique	15
Tolérant(e)	15

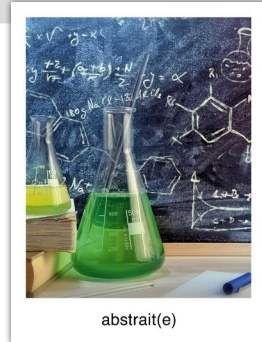


Zoom sur les forces – glossaire des forces

Abstrait(e)

On qualifie d'abstrait une chose qui n'existe que sous forme d'idée ou de théorie. Ce qui est présent dans le monde réel et peut être perçu par nos sens est le contraire d'abstrait, par exemple le toucher, l'ouïe ou le goût.

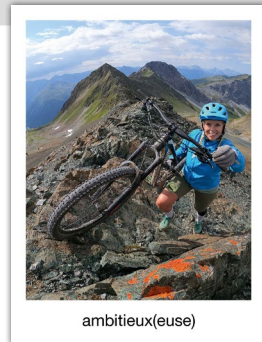
On utilise ici l'adjectif abstrait pour signifier qu'une personne procède par abstraction et qu'elle arrive bien à travailler avec des concepts théoriques. Elle a de la facilité à se projeter dans son monde intérieur ainsi qu'à y reconnaître, concevoir et développer des choses.



abstrait(e)

Ambitieux(euse)

Les personnes ambitieuses sont mues par une certaine force intérieure. Elles ont un but à atteindre, elles ont envie de faire, de parvenir à un résultat. Mues par une pulsion naturelle, elles visent à atteindre leurs objectifs, à rencontrer du succès, à être reconnues, à avoir de l'influence et du pouvoir, à diriger et à faire le plein de savoir. En règle générale, il faut travailler dur pour obtenir ce que l'on veut. Les personnes ambitieuses savent donc ce que c'est que de se donner de la peine : pour atteindre certains objectifs, il faut de la volonté, de la discipline, du travail et de la persévérance. Elles ne se laissent pas dissuader facilement par les difficultés qu'elles rencontrent. Elles persévèrent et surmontent les obstacles.



ambitieux(euse)

Analytique

Lorsqu'une personne analyse quelque chose, elle le décompose mentalement, et éventuellement aussi dans la réalité. Pour ce faire, elle ne procède pas juste comme ça, au hasard, mais se tient à un principe réfléchi. L'idée est généralement de déterminer quels éléments composent la chose en question. Une personne qui agit de manière analytique cherche à découvrir les liens entre ces éléments et à savoir si chacun d'entre eux fonctionne.

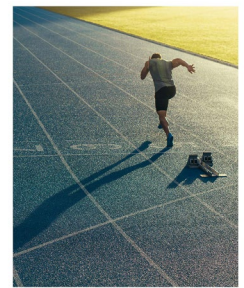


analytique



Axé(e) sur l'action

Il existe des personnes qui ont une quantité d'idées. Nombre d'entre elles n'arrivent toutefois pas à les concrétiser. Mais ce n'est pas le cas des personnes axées sur l'action. Celles-ci peuvent et veulent accorder leur attention aux choses à faire et s'y atteler, même si, parfois, elles doivent combattre leurs démons intérieurs pour ce faire. Elles se servent de leurs connaissances et de leurs capacités pour s'orienter. Elles peuvent osciller entre l'action et la réflexion (voire une pause) de manière sensée, sans pour autant perdre de vue l'objectif visé. Les personnes axées sur l'action mettent en oeuvre les choses, elles agissent.



axé(e) sur l'action

Compatissant(e)

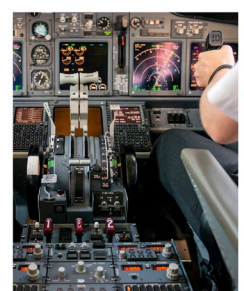
Une personne compatissante arrive bien à se projeter dans l'état sentimental d'une autre qui ne va pas très bien et partage sa peine. Elle lui montre que son bonheur lui importe, qu'elle est là pour elle et qu'elle la comprend. La compassion est plutôt une attitude et ne débouche pas forcément tout de suite sur une action, par exemple le fait d'apporter concrètement son aide à l'autre.



compatissant(e)

Complexe

On qualifie de complexe une chose qui est composée de nombreux éléments, reliés entre eux de manière variée. Lorsqu'on dit qu'une personne est complexe, c'est qu'elle est capable de réfléchir de cette façon. Elle comprend comment fonctionnent différents systèmes, composés d'une multitude d'éléments. Elle est capable de trouver parmi une grande quantité d'informations celle qui lui permettra de résoudre un problème donné. En cas de déficience ou de besoin d'amélioration, une telle personne trouve systématiquement une solution.

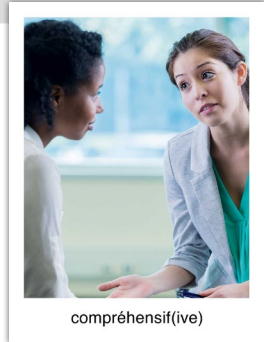


complexe



Compréhensif(ive)

La compréhension découle de la raison, et non des sentiments. Ce terme désigne la volonté et la capacité de se mettre à la place des autres. Une personne compréhensive reconnaît comment une autre est arrivée dans une certaine situation. Exemple : un enseignant se montre compréhensif avec un élève qui a eu de très mauvais résultats à un examen. L'enseignant est conscient que cet élève a manqué pas mal de jours de cours parce qu'il était malade. Il ne peut pas lui enlever sa mauvaise note, mais il peut se montrer compréhensif envers lui, par exemple en lui donnant une chance de rattraper sa note et de lui montrer qu'il a étudié.



compréhensif(ive)

Concret(ète)

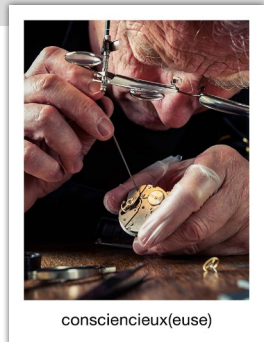
Certaines personnes aiment se laisser aller à leur imagination et s'imaginer de nombreuses choses. D'autres, au contraire, aiment le concret, c'est-à-dire les éléments qui existent dans la vraie vie et qu'on peut donc toucher, mesurer ou exprimer en chiffres. Ces personnes formulent les choses de manière factuelle et sans ambiguïté. Elles vont droit au but, sans détour.



concret(ète)

Conscientieux(euse)

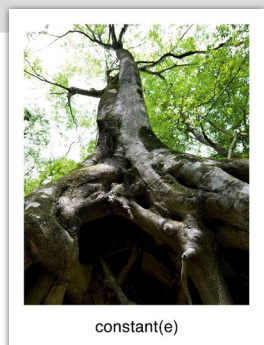
On qualifie de consciencieuse une personne qui agit avec beaucoup de soin, de précision et de détermination. Ce qui est particulier, c'est que cette attitude vient d'elle, car cette personne se sent tenue d'agir de la sorte. Son comportement est soumis à des exigences strictes, que lui impose sa conscience et qu'elle cherche à respecter en faisant preuve d'autodiscipline.



conscientieux(euse)

Constant(e)

On qualifie de constante une situation ou une chose qui reste pareille pendant un long moment. On peut également utiliser cet adjectif pour décrire une personne qui a un caractère stable. Une personne constante ne réagit pas sur un coup de tête et ne change pas soudainement d'avis. Elle ne se laisse pas non plus détourner de son chemin et persévère dans ce qu'elle entreprend. Elle tient sa parole et ne laisse pas soudainement de côté ses engagements.

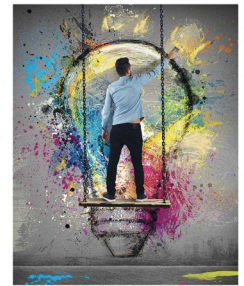


constant(e)



Créatif(ive)

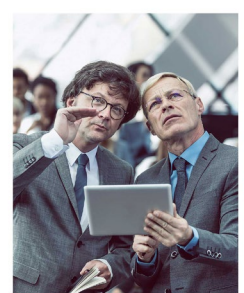
La créativité désigne le pouvoir d'invention et d'imagination. Elle ne relève pas uniquement des domaines de l'art. Une personne peut se montrer créative dans des domaines très différents, par exemple lorsqu'il s'agit d'aménager une chambre ou de s'habiller de façon assortie.



créatif(ive)

Critique

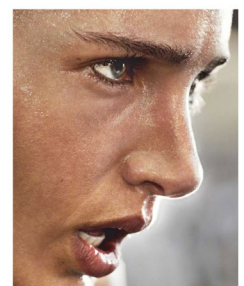
Une personne critique remet en question les choses et les personnes qui l'entourent, et les analyse de façon très stricte. Pour ce faire, elle suit des règles, des normes et des directives précises ou s'appuie sur des critères scientifiques et artistiques.



critique

Déterminé(e)

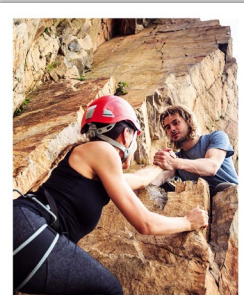
Il n'est pas toujours évident de s'en tenir à un objectif qu'on s'est fixé. Le chemin qui y mène peut être difficile, voire ennuyeux, et il arrive que d'autres possibilités prometteuses se présentent en cours de route. Une personne déterminée affronte ces obstacles de manière décidée et continue à poursuivre son objectif, sans jamais le perdre de vue. Elle persévère et poursuit inébranlablement son chemin jusqu'à ce qu'elle atteigne son but.



déterminé(e)

Digne de confiance

Dans le langage courant, quand quelque chose fonctionne à tout moment, surtout quand c'est vraiment important, on le qualifie de fiable. Un être humain qui est fiable est digne de confiance. On attend de lui qu'il soit toujours là quand on en a besoin, qu'il respecte les règles et qu'il se comporte d'une manière prévisible et ordonnée.

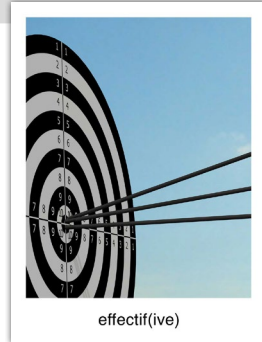


digne de confiance



Effectif(ive)

Ce genre de personne procède de sorte que le résultat soit exactement comme prévu, accomplit ses tâches comme il se doit et est doué pour atteindre ses objectifs au millimètre près. Tout écart par rapport à l'objectif fixé indique que le travail a été réalisé avec moins d'efficacité.



effectif(ive)

Empathique

L'empathie se compose de trois capacités, auxquelles on a généralement recours inconsciemment lorsqu'on interagit avec d'autres personnes. Une personne empathique :

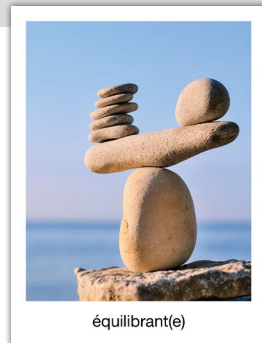
1. cerne bien ses propres sentiments et besoins ;
2. se montre attentive et s'identifie aux sentiments, aux idées et aux intentions des autres ;
3. réagit de façon appropriée.



empathique

Équilibrant(e)

De manière générale, le terme équilibrer signifie compenser une différence. Lorsque l'on communique ensemble, il arrive que des inégalités entre différents individus ou groupes donnent lieu à des tensions, voire à des conflits. Les personnes équilibrantes sont très sensibles à l'inégalité entre personnes. Elles veillent activement à l'équité, mais en faisant preuve de compassion et d'empathie. Elles n'oublient jamais les différentes parties et essaient d'agir de façon à ce que les droits de tout le monde soient respectés. Ces personnes sont des intermédiaires délicats, qui essaient d'atténuer ou de compenser les différences et les désavantages en soutenant les personnes défavorisées.

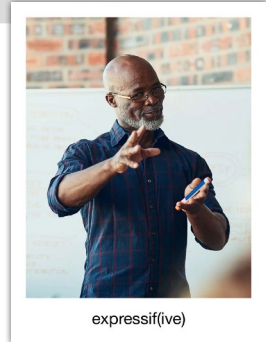


équilibrant(e)



Expressif(ive)

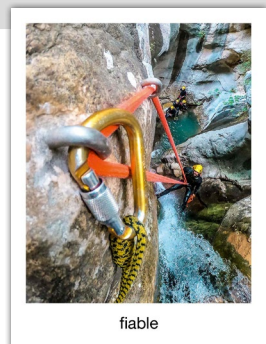
Lorsque nous communiquons, notre langage, nos mimiques et nos gestes en disent toujours long sur nous. Lorsque les personnes expressives communiquent avec d'autres, leurs émotions, par exemple leur colère, leur joie, leur tristesse ou leur passion, émanent clairement d'elles, étayent et enrichissent leur communication. Elles ont la chance d'être plus convaincantes et apaisantes que d'autres, et sont souvent source de plus d'inspiration et de motivation. L'expressivité ne se manifeste pas seulement dans la langue et les gestes. Certaines personnes peuvent se montrer expressives à travers des choses, des images ou de la musique, par exemple.



expressif(ive)

Fiable

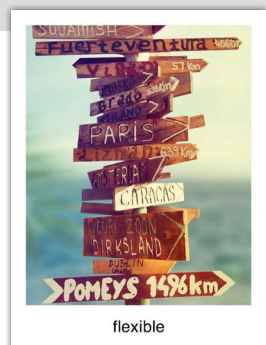
Les personnes fiables sont dignes de confiance. On peut compter sur elles pour répondre aux attentes, aussi bien celles qui ont été formulées ouvertement que celles qui sont implicites. Disciplinées, les personnes fiables inspirent confiance, y compris lorsqu'elles agissent. Elles ne se contentent pas juste d'effectuer une tâche ; elles s'y identifient aussi. Elles prêtent attention aux directives, aux règles de sécurité et aux dates fixées, et veillent à respecter précisément leurs obligations et les accords qu'elles ont conclus.



fiable

Flexible

Une personne flexible est capable de s'adapter rapidement et sans problème aux changements de situation et aux exigences auxquels elle est confrontée. Elle est souple dans ses réflexions et agile dans ses décisions.

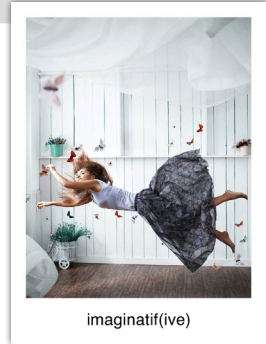


flexible



Imaginatif(ive)

Une personne imaginative est pleine de fantaisie et a une grande imagination. Elle se crée facilement des scénarios dans sa tête. Grâce à son imagination, elle arrive à se représenter des événements qui ne se sont pas (encore) déroulés dans le présent et dans le futur. Elle arrive ainsi à se projeter dans des histoires ou dans d'autres mondes qui ne sont pas rationnels, et où les lois de la nature telles qu'on les connaît ne s'appliquent pas. Elle peut s'imaginer et créer des choses sous forme d'images ou de langage, mais aussi sous forme de logique. Le fruit de son imagination contient toujours de nouvelles idées.



Indépendant(e)

Une personne ou une chose est indépendante si elle n'est pas influencée ou déterminée par une autre. Une personne indépendante est libre et peut décider elle-même ce qu'elle souhaite faire. La liberté suppose toutefois aussi une certaine responsabilité. Si l'on qualifie une personne d'indépendante, au sens positif, cela signifie qu'elle réfléchit librement, de manière autonome et responsable.



Instruisant(e)

Une personne instruisante prend une autre sous son aile pour lui présenter une activité, lui montre et lui apprend comment faire quelque chose. Elle accorde beaucoup d'attention à la personne qu'elle accompagne. Une personne instruisante peut également inciter les autres à devenir actifs.



Inventif(ive)

Une idée est une pensée nouvelle, originale et abstraite. Généralement, on a une idée face à un problème ou à une tâche à accomplir. C'est une ébauche de solution mentale. Une personne inventive a plein d'idées. Elle fait preuve d'ingéniosité, notamment artistique et intellectuelle.





Logique

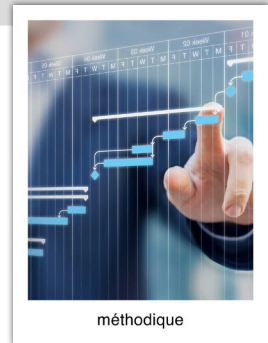
Une personne logique réfléchit de façon structurée. Elle part d'une situation ou d'un énoncé et se demande quelle est la suite cohérente. Elle parvient généralement à un résultat tout sauf spontané, après avoir tiré toute une série de conclusions, dérivées l'une de l'autre. Une personne logique est donc généralement capable de justifier un résultat ou son point de vue, étape par étape. Lorsqu'elle tire des conclusions, elle s'en tient à des règles, par exemple des règles mathématiques ou celles d'un jeu.



logique

Méthodique

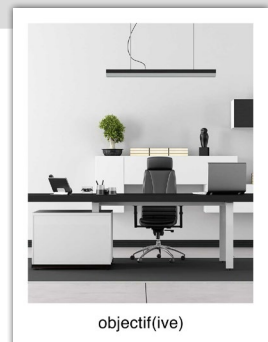
Lorsqu'on a une tâche à accomplir, on peut s'y mettre tout simplement, pas après pas, en se demandant au fur et à mesure quelle sera la prochaine étape. Mais on peut aussi se demander s'il existe une solution éprouvée, une méthode particulière, qu'on peut suivre ou dont on peut s'inspirer pour structurer la tâche de manière logique. C'est comme ça que procèdent les personnes méthodiques. Elles s'appuient systématiquement sur des concepts, sur leurs connaissances et sur leurs capacités pour atteindre leur but.



méthodique

Objectif(ive)

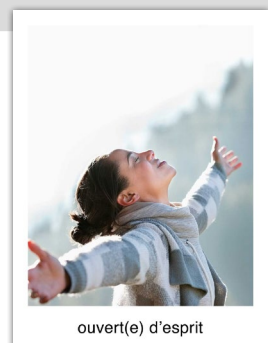
Une personne objective est capable de s'appuyer uniquement sur le lien ou sur le sujet dont il est question, par exemple lorsqu'elle argumente. Elle ne s'écarte pas du sujet et ne le déforme pas, mais se concentre sur les faits. Tout à fait capable de réguler ses sentiments si nécessaire, une personne objective donne souvent l'impression d'être concentrée et calme, voire distante.



objectif(ive)

Ouvert(e) d'esprit

Une telle personne a l'esprit vif et se montre réceptive vis-à-vis de ce qui l'entoure. Elle est intéressée par ce qui se passe autour d'elle et aime la nouveauté. Elle accepte également les propositions et les idées des autres.



ouvert(e) d'esprit



Patient(e)

Une personne patiente sait attendre. Elle est capable de mettre de côté ses besoins, tout en restant concentrée sur son objectif. Elle renonce aux récompenses du présent au profit de perspectives futures. Elle n'agit pas de manière impulsive. Les personnes patientes sont calmes, mais pas indifférentes. Ce qui se passe ne leur est pas égal, mais elles savent mieux gérer les situations. Elles font souvent preuve de persévérance et de ténacité, et se montrent indulgentes envers les autres. Elles respirent le calme. Souvent, elles poursuivent des objectifs sur le long terme, trouvent des moyens de mieux gérer la pression et parviennent donc à prendre des décisions de manière plus détendue.



patient(e)

Persévérant(e)

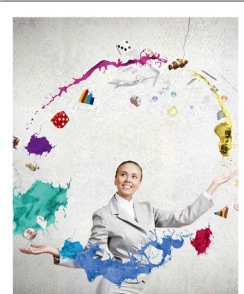
Une personne persévérante ne lâche pas prise et s'en tient à ses projets, même s'ils durent un moment ou qu'ils sont épuisants et difficiles.



persévérant(e)

Polyvalent(e)

Une personne polyvalente s'intéresse à plein de choses différentes ou possède de nombreuses capacités différentes.



polyvalent(e)



Pragmatique

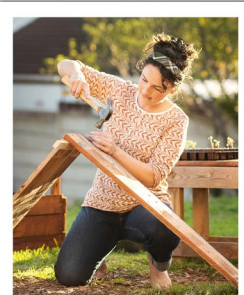
Les personnes pragmatiques comprennent rapidement ce qu'il faut faire dans une situation donnée et tirent le meilleur de celle-ci en fournissant le moins d'effort possible. Elles ne cherchent pas absolument à faire les choses parfaitement. Elles prennent les choses telles qu'elles sont, y réagissent souvent rapidement et trouvent la solution la plus pratique. Les personnes pragmatiques n'éprouvent pas le besoin de faire quelque chose d'autre ou de nouveau avant de parvenir à une solution ; elles résolvent le problème avec les outils dont elles disposent, généralement de manière calme et réfléchi. Elles accordent la priorité au fait d'agir rapidement et de manière pratique plutôt qu'aux longues et constantes planifications, solutions et réflexions théoriques.



pragmatique

Pratique

Le terme pratique s'oppose à celui de théorique et renvoie à tout ce qui est en lien avec le fait de faire, d'agir. Une personne pratique est donc axée sur l'action. Lorsqu'elle se pose des questions, c'est généralement sur la façon de réaliser quelque chose. Elle se représente la situation, se demande comment transposer des solutions dans la réalité et les applique ensuite. Lorsqu'il s'agit de trouver les outils adaptés pour effectuer une tâche, elle teste volontiers différentes possibilités, plutôt que de rester inactive pendant longtemps. Souvent, une telle personne se laisse guider par ses expériences.

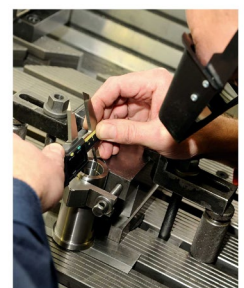


pratique

Précis(e)

Dans le langage courant, on parle de précision pour désigner le fait de faire quelque chose de manière exacte, ou le fait d'être exact. Si on qualifie un travail de précis, on veut dire qu'il a été réalisé avec exactitude et très grand soin, dans le souci du détail. Si l'on veut s'exprimer de manière précise, il faut décrire un fait de manière claire, exacte et explicite.

Dans le langage technique, la précision désigne quelque chose qui se déroule toujours de la même façon, avec très peu d'écarts, même sur la durée. Une personne précise se démarque par sa grande exactitude.

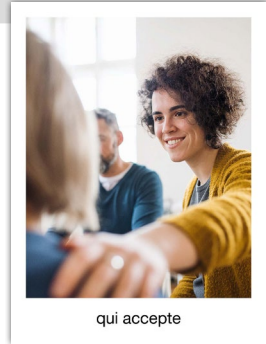


précis(e)



Qui accepte

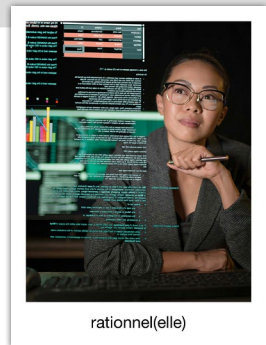
Quelqu'un qui accepte une chose ou une personne se montre ouvert à celle-ci et s'y intéresse. Souvent, il s'agit de personnes qui sentent bien lorsque, dans une situation donnée, on ne prête pas suffisamment attention à quelqu'un ou à quelque chose. Il arrive qu'elles prennent les choses à coeur et veuillent aider. Parfois, elles sont mues par un sentiment de devoir. Dans certaines situations, elles n'ont pas besoin de réfléchir longtemps ; elles agissent, tout simplement. Par moments, elles décident consciemment d'aller à la rencontre de personnes et de choses avec respect et en cherchant à les aider, plutôt que de les rejeter. Ces personnes ont leur point de vue, mais elles se montrent compréhensives et ouvertes envers le savoir, les valeurs, les expériences et les comportements différents.



qui accepte

Rationnel(elle)

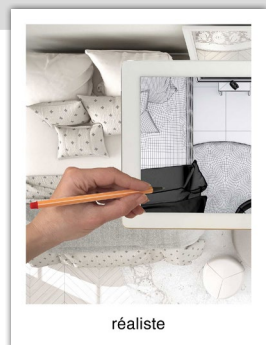
Les pensées et les actes d'une personne rationnelle sont guidés par la raison. Elle est capable d'expliquer avec exactitude pourquoi elle trouve quelque chose raisonnable et de justifier son avis en se fondant sur des informations et des faits. Une telle personne peut expliquer ses décisions de manière logique. Elle ne pense et n'agit pas par hasard, de manière versatile. Elle contrôle volontairement ses pensées et ses actes et agit de manière réfléchie et structurée. Penser de manière rationnelle, c'est penser en s'axant sur des objectifs clairs. Les personnes rationnelles sont comparables à des joueurs d'échecs. Elles déterminent ce qu'il faut faire, évaluent le rapport coûts/bénéfices et essaient de comprendre la façon de procéder et les tactiques des autres.



rationnel(elle)

Réaliste

Une personne réaliste observe et perçoit le monde qui l'entoure tel qu'il est. Elle n'embellit pas les choses, ni dans son imagination, ni dans son langage. Dans ses réflexions, elle considère les choses qui existent vraiment, pas les choses qui pourraient exister ; autrement dit, elle s'appuie sur ce qui est mesurable et observable. Une telle personne ne se laisse pas détourner de ce qu'elle veut et ne voit pas les choses autrement que comme elles sont (ni en mieux, ni en moins bien).



réaliste



Serviable

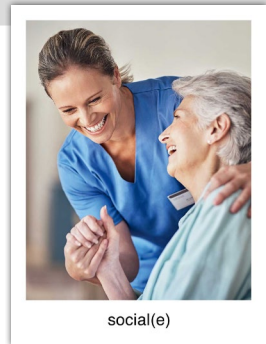
Être serviable, c'est être prêt et décidé à faire quelque chose. Les personnes serviables souhaitent aider. La serviabilité est probablement l'une des qualités les plus altruistes que l'humain puisse posséder ; le fait de vouloir soutenir l'autre, sans se demander ce qu'on peut en retirer ou attendre quelque chose en retour. De nombreuses personnes serviables font preuve d'empathie et aiment donc aider les autres, ou ressentent le besoin de les soutenir. Elles sont convaincues que la serviabilité est une condition importante pour que la société fonctionne bien, par exemple dans un cercle d'amis, en famille ou au travail. Leur devise est la suivante : faire quelque chose pour les autres est source de plaisir.



serviable

Social(e)

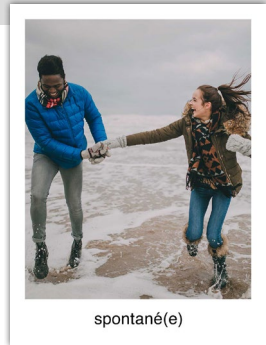
Cet adjectif se réfère à la vie commune, par exemple dans un Etat ou au sein de la société. S'il décrit une personne, cela veut dire qu'elle s'engage en faveur du bien commun et de la société et cherche à encourager les interactions humaines. Elle se distingue par sa charité et s'engage en faveur des plus faibles, tout en cherchant à les protéger et à les soutenir.



social(e)

Spontané(e)

Une personne spontanée agit selon une impulsion, sur le moment, c'est-à-dire sans planifier son action. Elle se laisse guider par ses réflexes ou une idée qu'elle vient d'avoir, et prend soudainement une décision.



spontané(e)



Stratégique

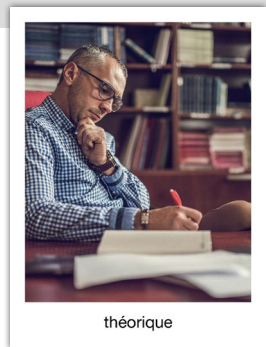
Ce terme tire ses origines de la Grèce antique (du VIII^e au II^e siècle av. J.-C.), où l'on qualifiait les chefs militaires de stratèges. C'est eux qui décidaient du déroulement d'une bataille. Ils devaient procéder de manière réfléchie et, surtout, prévoyante. Il fallait qu'ils intègrent le plus de facteurs déterminants possible dans leur planification. Ils pensaient et agissaient en tenant compte d'objectifs à atteindre sur le long terme. Aujourd'hui, plus besoin d'être un chef militaire pour agir de manière stratégique. L'idée est toutefois la même : on agit de manière systématique, en s'axant sur des objectifs à atteindre sur le long terme, en intégrant des facteurs déterminants à sa planification et en considérant différents éléments de manière astucieuse.



stratégique

Théorique

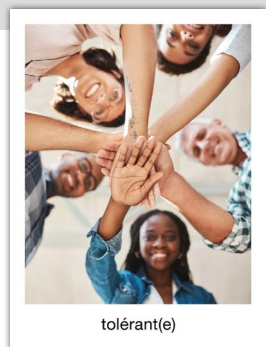
Les personnes « théoriques » aiment réfléchir, notamment pour tirer des conclusions. Dans leur for intérieur, elles conçoivent, inventent, construisent ou évaluent les choses. Lorsque la situation se complique, elles élaborent des modèles et des formules grâce auxquels elles se représentent les choses mentalement, interprètent des éléments qui surviennent autour d'elles ou prévoient comment une situation va évoluer. Ces personnes ont la capacité particulière de travailler dans leur tête et dans leurs pensées.



théorique

Tolérant(e)

Être tolérant, c'est prendre en compte pas seulement sa propre opinion et sa propre façon d'agir, mais aussi celles des autres. Les personnes tolérantes acceptent les autres comme elles sont, qu'elles soient d'accord ou non avec leur avis et leur comportement. Au lieu de vouloir faire changer d'avis les autres, voire les ridiculiser, elles acceptent leurs différences et font preuve de respect à leur égard. De nombreuses personnes supportent ou tolèrent les avis différents. Mais les personnes tolérantes se démarquent par leur indulgence, leur générosité et leur compréhension vis-à-vis des autres.



tolérant(e)