

AUTO-EVALUATION DES RESSOURCES ET BESOINS EN FORMATION

NOM - PRENOM :

Mes motivations et objectifs

Pourquoi je souhaite suivre cette formation	
Ce que j'espère apprendre	
Mes objectifs professionnels à moyen/long termes	

Mes connaissances et compétences actuelles

Domaines dans lesquels je me sens à l'aise	
Sujets sur lesquels j'ai des bases	
Compétences techniques que je maîtrise déjà	
Compétences relationnelles que je pense avoir développées :	
- Est-ce que j'ose prendre la parole devant les autres ?	
- Lorsque je n'ai pas compris est-ce que j'ose demander que l'on me réexplique ?	
- Est-ce que j'aime travailler en groupe ?	

Mes points forts et axes d'amélioration

Mes principaux atouts pour cette formation	
Mes qualités qui peuvent m'aider à apprendre	
Domaines dans lesquels je dois progresser	
Difficultés que j'anticipe	

Mon style d'apprentissage (sélectionner le ou les choix qui vous semblent le plus pertinent pour vous)

- Méthodes pédagogiques qui me conviennent le mieux :
- Pour apprendre j'ai eu besoin : *(plusieurs réponses possibles)*
 - De parler à haute voix
 - De réécrire
 - De surligner
 - D'être seul
 - D'être à plusieurs
 - Autre : à préciser
- Environnement de travail idéal pour mon apprentissage : *(plusieurs réponses possibles)*
 - Chez moi
 - Au centre de formation (bibliothèque, salle de classe à disposition, etc.)
 - Autre : à préciser
- Rythme d'apprentissage préféré : *(plusieurs réponses possibles)*
 - Choix 1
 - Choix 2
 - Choix 3
 - Autre : à préciser



- Outils ou supports qui facilitent ma compréhension : *(plusieurs réponses possibles)*
 - o Je sais prendre des notes
 - o Mes notes de cours sont utilisables pour me permettre d'apprendre
 - o J'ai un ordinateur
 - o Je fais des fiches récapitulatives
 - o Autre : à préciser
- Concentration : *(plusieurs réponses possibles)*
 - o J'arrive à rester concentrer en cours présentiel
 - o J'arrive à rester concentrer en cours visio
 - o Je suis capable de raconter à quelqu'un l'essentiel d'un film, d'une série que j'ai vu ou d'un livre que j'ai lu

Mes contraintes et besoins spécifiques :

Disponibilité et temps que je peux consacrer à la formation	
Contraintes personnelles ou professionnelles à prendre en compte	
Aménagements ou accompagnements dont j'aurais besoin	
Ressources complémentaires qui me seraient utiles	
Gestion du stress : - Est-ce que je gère bien mon stress lors d'un examen ? - Est-ce que lors de mon parcours scolaire antérieur j'ai rencontré des difficultés d'apprentissages ? Si oui, dans quel type de matière ? - Est-ce que lors de mon parcours scolaire antérieur j'ai vécu une expérience difficile ?	

--	--

Mes attentes vis-à-vis de la formation :

Compétences précises que je souhaite acquérir	
Sujets ou aspects que j'aimerais approfondir	
Types d'activités ou exercices que j'apprécierais	
Formes d'évaluation qui me conviendraient	
Est-ce que j'ai des appréhensions par rapport à la formation ? si oui lesquelles ?	

