 Mon profil identitaire et ma conscience de soi

|  |  |
| --- | --- |
| **Ce que je suis de façon inconsciente** | **Mon développement conscient** |
| Quel âge ai-je / quel âge est-ce que j’ai l’impression d’avoir ?  Comment est-ce que je définis mon identité de genre et mon orientation sexuelle ?  Ai-je un handicap ou dois-je faire des ajustements ?  À quel groupe racial est-ce que je m’identifie ?  À quel groupe culturel d’origine nationale commune est-ce que je m’associe ?  Suis-je biculturel ? | Où suis-je allé à l’école ?  Qu’ai-je étudié jusqu'à présent ?  Ai-je étudié ou travaillé à l'étranger ?  Ai-je pris le temps d'apprendre d'autres langues ?  Quel type d’expérience professionnelle ai-je acquis ?  Qu’est-ce qui est important pour mon développement personnel ou professionnel ? |
| **Ma situation géographique** | **Mes choix** |
| Où suis-je né ?  Où ai-je vécu ?  Où se trouve mon chez moi ?  Où est-ce que je prie ou médite ?  Où est-ce que j’étudie ou je travaille ?  Où est-ce que je fais mes courses ? | Suis-je religieux ?  Quelles sont mes opinions politiques ?  Comment décrirais-je mon style personnel ?  Quelles sont mes habitudes ou mes préférences ? |
| **Mes perceptions** | **Mes contacts** |
| Comment suis-je perçu par ma famille, mes connaissances et les personnes qui ne me connaissent pas ?  Comment est-ce que je perçois les autres à travers mes propres préjugés et stéréotypes inconscients ? | Comment est-ce que je noue des relations avec les membres de ma famille, mes pairs à l’université ou au travail et mes voisins ?  À quels clubs est-ce que j’appartiens ?  Comment est-ce que je participe à la vie de ma communauté ?  Quel est le degré de diversité de mon groupe d’amis ? |
| **Mes difficultés** | **Mes objectifs** |
| En fonction de mes capacités, de mes expériences ou des défis liés à tout aspect de mon identité : qu’est-ce qui a été difficile pour moi ?  Quels défis ai-je dû relever ?  Quand ai-je été dans une position privilégiée ?  Quand ai-je fait vécu la racialisation ? | Dans quelle direction la plupart de mes objectifs sont-ils concentrés ?  Qu’est-ce qui est important pour moi au niveau personnel ?  Comment ai-je l’intention d’apprendre sur le plan culturel ? Comment est-ce que je contribue à la transformation positive et au bien-être de la société ? |