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 ?    |