



Évaluation personnelle avec le modèle FFOM

Traduction d'un outil de Hyper Island Toolbox : toolbox.hyperisland.com/personal-swob-assessment

Description : Un atelier polyvalent pour l'évaluation personnelle et la planification d'actions, dans lequel les participants utilisent le modèle FFOM (force, faiblesse, opportunité, menace) pour s'évaluer, réfléchir aux principaux domaines de développement et créer un plan d'action concis. Il comprend une composante interactive, dans laquelle les participants travaillent en petits groupes et se coachent mutuellement pour rendre leurs plans d'action aussi clairs et réalisables que possible.

Étape 1 :

Les participants font une analyse "FFOM" d'eux-mêmes, en identifiant les principales forces, faiblesses, opportunités et menaces qui pourraient les empêcher de renforcer leurs capacités ou de saisir des opportunités.

Cette première étape se fait individuellement, en 20 minutes environ. Les participants doivent essayer d'écrire le plus possible.

Étape 2 :

Sur la base de l'analyse FFOM, les participants réfléchissent à la question suivante : *Quels sont les domaines de développement sur lesquels j'aimerais me concentrer ?* Si vous effectuez cet exercice dans le contexte d'un programme ou d'un cours, demandez aux participants de réfléchir également à cette question : *Pourquoi ai-je postulé à ce cours ? Qu'est-ce que j'espère retirer de cette expérience ?*

Les participants identifient chacun 3 à 5 domaines de développement. Travaillant individuellement, ils prennent des notes sur la base de questions telles que :

- Sur une échelle de 1 à 10, où me situerais-je aujourd'hui dans ce domaine ?
- Sur une échelle de 1 à 10, où aimerais-je être dans 1 mois / 3 mois / 6 mois ?
- Quelles actions puis-je entreprendre pour exploiter les opportunités afin d'accélérer mon développement ?
- Quelles actions puis-je entreprendre pour surmonter les obstacles afin d'accélérer mon développement ?



- Quelles seront mes actions clés à court terme (deux prochaines semaines) ?
- Quelles seront mes actions clés à moyen terme (deux prochains mois) ?
- Quels seront mes critères de réussite pour mon développement ? Quels signes me montreront que je suis en train de me développer ?

Les participants complètent cette étape individuellement pendant environ 45 minutes.

Étape 3 :

Les participants se réunissent en groupes de trois et partagent entre eux leurs réflexions sur le développement. Les participants des petits groupes se soutiennent mutuellement en posant des questions ouvertes afin que chaque roue de développement soit aussi claire, valable et réalisable que possible, que les défis soient au bon niveau, etc.

En fonction de ce que chaque participant partage et de la façon dont les conversations se déroulent, le groupe peut également proposer un domaine supplémentaire à développer pour le participant - quelque chose d'autre qu'il voit/pense/estime pouvoir être utile à cette personne.

Groupes de trois, environ 40 minutes par personne, y compris les questions et le feedback pour les autres.

Étape 4 :

Terminez la session par un bilan, au cours duquel les participants partagent leurs impressions, leurs pensées et leurs sentiments.

Traduit avec l'aide de [DeepL.com](#), et révisé