

# AUTO-OBSERVATION DE MON CHEMINEMENT SCOLAIRE

Pour chacun des énoncés suivants, répond le plus honnêtement possible en indiquant : Parfois, souvent ou jamais.

Ce questionnaire te permettra d'identifier tes bonnes habitudes pour réussir et précisera tes défis à relever pour vivre davantage de succès et de satisfaction personnelle.

EN CLASSE	JAMAIS	PARFOIS	SOUVENT
Je suis présent à mes cours.			
J'arrive à l'heure à mes cours.			
J'ai tout mon matériel scolaire dont j'ai besoin.			
J'utilise adéquatement mon agenda.			
Je respecte les règles établies.			
Je garde mon calme.			
<b>FACE À LA TÂCHE</b>			
Je suis attentif aux consignes.			
J'utilise les stratégies proposées.			
Je demande de l'aide.			
Je participe positivement aux discussions.			
Je remets des travaux de qualité.			
Je termine mes travaux dans les délais.			
Je note mon étude et mes devoirs dans mon agenda.			
Je fais mes devoirs et mon étude.			
Je reste concentré sur la tâche.			
Je travaille bien en équipe.			
Je vais en récupération lorsque demandé.			
Je donne mon maximum pour réussir.			
Je fais le travail tel que demandé.			
Je révise mon travail.			
Je travaille du début à la fin de la période.			
Mes cartables sont à l'ordre.			
Ma case est à l'ordre.			
Je persévère face à une difficulté.			
<b>FACE À L'ADULTE</b>			
Je m'adresse avec respect envers mes enseignants.			
J'accepte l'aide de mes enseignants.			
Je coopère pour favoriser un bon climat de groupe.			
J'accepte bien les remarques.			
J'accepte de me corriger.			
J'accepte les conséquences si nécessaire.			
<b>FACE AUX PAIRS</b>			
Je parle poliment aux autres.			
J'accepte de travailler en équipe.			
Je prends ma place de façon positive.			
Je donne mon opinion même si je ne suis pas d'accord avec les autres.			
J'évite de me laisser distraire.			
Je règle positivement les situations difficiles ou de conflits.			
Je gère bien les temps de pauses et du dîner.			
<b>HABITUDES DE VIE</b>			
Je dors suffisamment (ce qui est recommandé : entre 8h et 10h).			
Je mange trois repas par jour.			
Je pratique des sports.			
J'ai des loisirs.			
J'ai des amis.			
Je gère bien mon stress.			
Je suis capable de me détendre.			
Je gère bien mes pensées.			
Je demande de l'aide à un adulte lorsque nécessaire.			

Après avoir répondu à ce questionnaire, je constate que :

---

---

---

---

---

Je décide de relever les défis suivants :

1. 

---

---
2. 

---

---
3. 

---

---

Mes moyens pour réussir ces défis seront :

1. 

---

---
2. 

---

---
3. 

---

---
4. 

---

---

Je me donne le délai suivant pour pratiquer ces défis : Du \_\_\_\_\_ au \_\_\_\_\_

Signature de l'élève : \_\_\_\_\_ Date : \_\_\_\_\_

Signature de l'éducatrice : \_\_\_\_\_

Signature de la psychoéducatrice : \_\_\_\_\_

**RÉUSSITE = EFFORTS + PERSÉVÉRANCE + TRAVAIL = FIERTÉ PERSONNELLE**