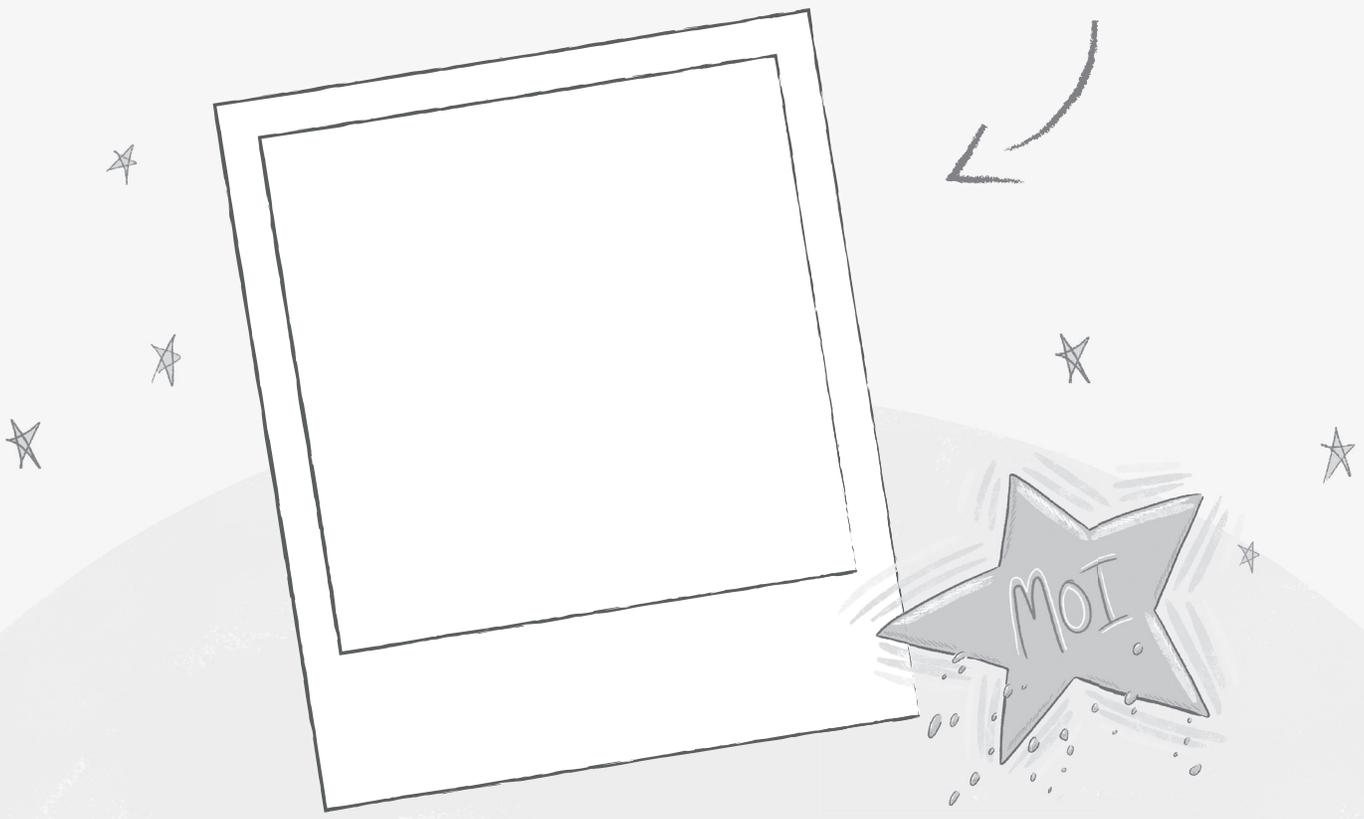


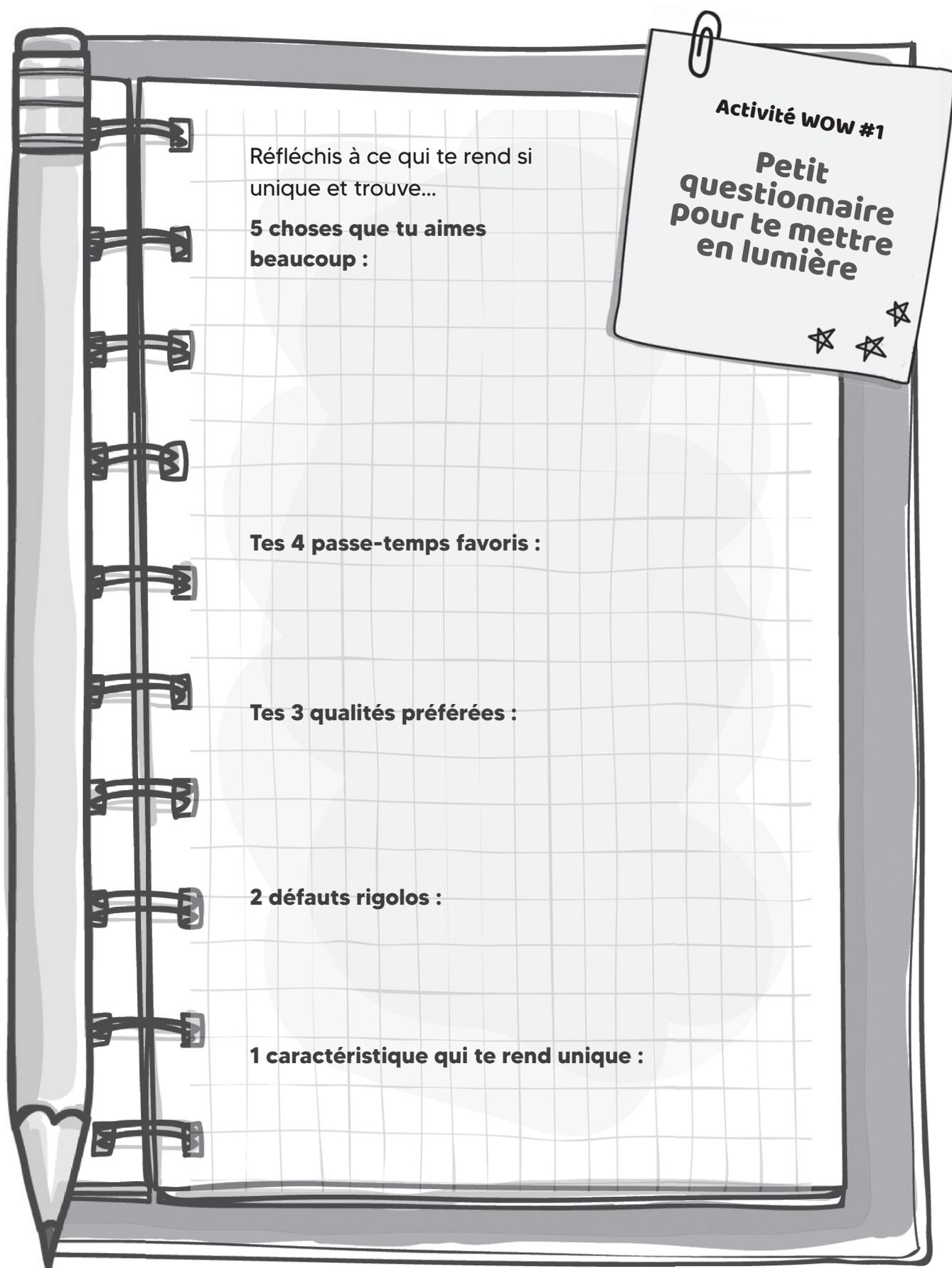
FICHES REPRODUCTIBLES

Wow, c'est moi!



Wow,
c'est moi!





Activité WOW #1

Petit questionnaire pour te mettre en lumière

★ ★ ★

Réfléchis à ce qui te rend si unique et trouve...

5 choses que tu aimes beaucoup :

Tes 4 passe-temps favoris :

Tes 3 qualités préférées :

2 défauts rigolos :

1 caractéristique qui te rend unique :



Réfléchis à tout ce que tu as déjà réalisé et trouve :

5 accomplissements qui te font ressentir beaucoup de fierté :

4 erreurs qui t'ont permis d'apprendre quelque chose :

3 activités dans lesquelles tu excelles :

2 talents cachés qu'il serait temps de dévoiler :

1 situation lors de laquelle tu as fait preuve de courage :

Activité wow #2

Être soi, c'est brillant!





Relever des défis est une bonne manière de développer ta confiance en toi.

Réfléchis à...

1 occasion où tu pourrais quitter ta zone de confort :

1 peur que tu voudrais surmonter :

1 défi que tu aimerais relever dans la prochaine année :

1 nouvelle chose que tu aimerais essayer de faire :

1 rêve que tu souhaiterais réaliser :

Activité wow #3

Tu peux y arriver!





Établis la liste de tes « contacts d'urgence » pour les moments difficiles (c'est-à-dire une liste des personnes importantes dans ta vie).

Qui est...

- La personne qui te fait le plus rire ?
- La personne à qui tu peux confier tous tes secrets ?
- La personne qui t'offre les plus beaux compliments ?
- La personne qui est toujours prête à t'aider ?
- Ton meilleur ami ou ta meilleure amie pour la vie ?
- La personne qui te connaît le mieux ?