



## 2

Fiche pédagogique pour les élèves

### Connaissance de soi Mes ressources et moi



**Objectif** : nous allons participer à la remise de tes trophées. Lors de la première étape, tu as découvert certaines de tes qualités. Nous allons maintenant partir à la rencontre de tes réussites ; nous entendons par là les activités ou les choses que tu as réalisées avec succès et dont, peut-être, tu t'étonnes encore aujourd'hui...



**Cadre** : recommandations : installe-toi confortablement avec le moins de distractions possibles.

Nous t'invitons à te poser les questions suivantes. En effet, il est intéressant de commencer par aller au-dedans de toi et regarder ta météo intérieure :

⇒ *Comment je me sens ?*



⇒ *De quoi ai-je besoin pour me sentir à l'aise pour répondre au questionnaire ?*

⇒ *De quel environnement ai-je besoin pour que ce moment se passe au mieux ?*

*Si tu le souhaites, tu peux contacter un ou plusieurs copains de classe pour échanger à l'occasion de ce questionnaire*



**Matériel** : feuille A4 – bics – magazines – crayons de couleurs ou magic-colors.



## Deuxième étape

### Je pars à la découverte des mes trophées

Prends un temps de réflexion et repense à quelque chose que tu as fait et dont tu es fièr(e). Cela peut-être une petite chose, même banale, le principal est que tu sois **TOI** satisfait(e), content(e) de l'avoir réussie.

#### Exemples :

J'ai fait un gâteau d'anniversaire pour ma sœur/mon frère

J'ai participé à une compétition sportive

J'ai fait un exposé oral

Je me suis occupée de ma grand-mère

J'ai fait les courses de mon vieux voisin malade

Je me suis amélioré(e) dans une matière difficile pour moi

**A toi ! Raconte-nous ou dessine-nous ton trophée/tes trophées**

**A quoi cela sert-il que je connaisse mes qualités pour aujourd'hui et plus tard ?**

---

---

#### **A retenir**

Les réussites peuvent être des actes ordinaires, ou tous les moments de notre vie où nous avons su rebondir sur nos difficultés

