

Mon autoportrait FE (secteurs jeunes et adultes)

Nom de l'élève:	Date de naissance:
École fréquentée:	Année scolaire:
Date:	Groupe:
Secteur <u>jeunes</u>:	
<input type="checkbox"/> Premier cycle du secondaire	
<input type="checkbox"/> Deuxième cycle du secondaire	
<input type="checkbox"/> Programme de formation à l'emploi	
<input type="checkbox"/> Adaptation scolaire	
Secteur <u>adultes</u>:	
<input type="checkbox"/> Éducation aux adultes	
<input type="checkbox"/> Formation professionnelle	

Consignes:

Complète le questionnaire suivant pour identifier tes dispositions à apprendre et à t'adapter au milieu qui t'entoure.

Si tu n'as jamais vécu la situation proposée dans l'énoncé, **tente de t'imaginer dans ce contexte** et demande-toi ce que tu ferais. Plus tu es fidèle à tes habitudes dans tes réponses, plus il sera facile pour toi d'identifier tes forces et tes vulnérabilités pour cibler le bon défi qui te fera avancer.



Mon autoportrait FE (secteurs jeunes et adultes)

Section 1			
1.1	La plupart du temps, les bruits et les déplacements des autres me dérangent et me déconcentrent.	Oui	Non
1.2	Je pense souvent à mes projets de la soirée ou de la fin de semaine pendant un cours.	Oui	Non
1.3	La plupart du temps, je regarde et j'écoute la personne qui me parle ou me donne des explications.	Oui	Non
1.4	J'ai besoin de m'arrêter souvent pendant ma tâche et je perds le fil de ce que je faisais.	Oui	Non
1.5	La plupart du temps, je termine mon travail ou ma tâche dans le délai accordé.	Oui	Non
1.6	Quand je fais une recherche sur internet, il m'arrive souvent de consulter une page web qui n'a pas de lien avec mon intention initiale.	Oui	Non
1.7	Lorsque les consignes sont nombreuses, j'en oublie souvent certaines.	Oui	Non
1.8	La plupart du temps, j'ai assez d'énergie pour être attentif plus de la moitié de la durée du cours.	Oui	Non
1.9	J'oublie souvent où je range les choses.	Oui	Non
1.10	La plupart du temps, je suis capable de me remettre à la tâche rapidement après une distraction.	Oui	Non

Précisions à apporter à un ou plusieurs énoncés :

Mon autoportrait FE (secteurs jeunes et adultes)

Section 2			
2.1	La plupart du temps, à la suite de la lecture ou de l'écoute des consignes, je commence la tâche tout de suite.	Oui	Non
2.2	Pour moi, c'est important d'aller à l'école afin d'obtenir un diplôme.	Oui	Non
2.3	La plupart du temps, je suis ponctuel à mes cours, mes activités, mon emploi, etc.	Oui	Non
2.4	La plupart du temps, quand je ne comprends pas, j'arrête complètement la tâche.	Oui	Non
2.5	La plupart du temps, quand j'ai moins d'intérêt pour le sujet dans le cours, j'écoute quand même.	Oui	Non
2.6	J'ai souvent besoin de plus de temps que les autres pour faire un travail, car j'ai de la difficulté à me mettre à la tâche ou à poursuivre.	Oui	Non
2.7	C'est souvent difficile pour moi d'utiliser les outils de référence (dictionnaire, grammaire, tableau aide-mémoire, affiches au mur, outils technologiques, etc.).	Oui	Non
2.8	La plupart du temps, je fais les tâches que je trouve moins intéressantes, même si je n'ai pas le goût de les entreprendre.	Oui	Non
2.9	Quand je fais un travail d'équipe, j'attends souvent que les autres me disent quoi faire.	Oui	Non
2.10	La plupart du temps, je suis capable d'aller chercher des réponses à mes questions (en consultant mes notes de cours, mon manuel, en comparant mon travail avec le modèle de l'enseignant, en posant des questions, etc.).	Oui	Non

Précisions à apporter à un ou plusieurs énoncés :

Mon autoportrait FE (secteurs jeunes et adultes)

Section 3			
3.1	La plupart du temps, lors d'un travail d'équipe, j'écoute attentivement les idées de mes coéquipiers pour les comparer aux miennes.	Oui	Non
3.2	Il m'arrive souvent d'interrompre les autres quand ils parlent.	Oui	Non
3.3	La plupart du temps, je respecte les règlements de la classe et de l'école.	Oui	Non
3.4	Je démontre souvent de l'impatience quand on ne répond pas toute suite à mes questions.	Oui	Non
3.5	La plupart du temps, je me parle intérieurement ou j'utilise des moyens pour être moins impulsif.	Oui	Non
3.6	J'ai souvent de la difficulté à rester en place, assis ou silencieux.	Oui	Non
3.7	La plupart du temps, lors d'une tâche, je lis les consignes jusqu'au bout avant de produire une réponse.	Oui	Non
3.8	À l'école, il m'arrive souvent qu'on me dise que mes commentaires sont hors sujet.	Oui	Non
3.9	La plupart du temps, je réfléchis aux conséquences avant d'agir.	Oui	Non
3.10	Je me dépêche souvent pour finir rapidement la tâche.	Oui	Non

Précisions à apporter à un ou plusieurs énoncés :

Mon autoportrait FE (secteurs jeunes et adultes)

Section 4			
4.1	J'ai souvent besoin d'avoir l'avis d'une autre personne pour me confirmer que mes idées sont bonnes.	Oui	Non
4.2	La plupart du temps, j'aime quand l'enseignant me met au défi de faire une tâche plus complexe.	Oui	Non
4.3	La plupart du temps, je suis très patient.	Oui	Non
4.4	La plupart du temps, j'arrête d'écouter les explications de l'enseignant ou de faire la tâche, quand je pense que je ne réussirai pas.	Oui	Non
4.5	La plupart du temps, je suis capable de reconnaître l'émotion que je vis.	Oui	Non
4.6	La plupart du temps, mes réactions sont adéquates en fonction des situations que je vis.	Oui	Non
4.7	La plupart du temps, j'exprime adéquatement mes insatisfactions et mes frustrations.	Oui	Non
4.8	Je ressens souvent des malaises physiques pendant la journée (maux de ventre, de cœur, de tête, tensions dans le cou, le dos, etc.).	Oui	Non
4.9	Je tente souvent d'éviter les situations, les personnes ou les événements qui me font vivre des émotions plus difficiles à gérer.	Oui	Non
4.10	Il m'arrive souvent de refuser de faire une tâche ou de la bâcler quand ça ne me tente pas.	Oui	Non

Précisions à apporter à un ou plusieurs énoncés :

Mon autoportrait FE (secteurs jeunes et adultes)

Section 5			
5.1	Je fais souvent des liens entre ce qui a été expliqué et la réalisation de la tâche.	Oui	Non
5.2	J'ai souvent de la difficulté à garder mes cahiers, mes notes de cours, mes cartables, mon casier en ordre, ma chambre, etc.	Oui	Non
5.3	La plupart du temps, j'utilise un agenda ou d'autres outils pour planifier mon temps.	Oui	Non
5.4	La plupart du temps, j'ai du mal à organiser les étapes de la tâche à faire.	Oui	Non
5.5	Il m'arrive souvent de ne pas avoir le matériel dont j'ai besoin pour ma tâche.	Oui	Non
5.6	Il m'arrive souvent de prendre plus de temps que prévu pour faire un travail.	Oui	Non
5.7	La plupart du temps, je réalise un plan, un résumé ou des schémas de la matière à l'étude pour m'aider à me préparer à l'examen.	Oui	Non
5.8	J'ai souvent besoin que l'enseignant me propose une façon d'organiser la tâche.	Oui	Non
5.9	La plupart du temps, je prévois suffisamment de temps pour faire mes devoirs et l'étude le soir.	Oui	Non
5.10	La plupart du temps, à la fin de la tâche, je prends le temps de vérifier chacune des étapes réalisées.	Oui	Non

Précisions à apporter à un ou plusieurs énoncés :

Mon autoportrait FE (secteurs jeunes et adultes)

Section 6			
6.1	La plupart du temps, j'ai peu d'idées lorsque je dois écrire un texte ou donner mon point de vue lors d'une discussion.	Oui	Non
6.2	La plupart du temps, je change facilement mon plan ou ma démarche afin de m'ajuster aux problèmes rencontrés.	Oui	Non
6.3	La plupart du temps, je suis capable d'être à l'écoute et de prendre des notes en même temps.	Oui	Non
6.4	J'ai souvent de la difficulté à réinvestir ce que j'ai appris dans d'autres contextes.	Oui	Non
6.5	La plupart du temps, je fais preuve de souplesse et d'ouverture face aux nouvelles situations.	Oui	Non
6.6	Je suis souvent capable de comprendre le point de vue de l'autre et de me mettre à sa place.	Oui	Non
6.7	La plupart du temps, je maintiens mon point de vue même si on m'apporte de nouveaux arguments.	Oui	Non
6.8	J'arrive souvent à identifier une ou plusieurs solutions lors d'un désaccord, un conflit ou une situation problématique.	Oui	Non
6.9	La plupart du temps, je m'adapte facilement lors de situations imprévues.	Oui	Non
6.10	La plupart du temps, j'utilise les commentaires constructifs des autres pour améliorer mon travail.	Oui	Non

Précisions à apporter à un ou plusieurs énoncés :

Mon autoportrait FE (secteurs jeunes et adultes)

Section 7			
7.1	J'ai souvent de la difficulté à me souvenir des procédures ou des étapes de travail données oralement.	Oui	Non
7.2	La plupart du temps, pour mémoriser une information, je la répète dans ma tête.	Oui	Non
7.3	La plupart du temps, je me fais une image mentale de l'information visuelle ou auditive afin de la mémoriser.	Oui	Non
7.4	J'écris souvent des mots dans la marge d'un texte ou sur des autocollants pour m'aider à retrouver des informations importantes.	Oui	Non
7.5	J'ai souvent de la facilité à retenir l'orthographe ou la signification de mots plus complexes.	Oui	Non
7.6	J'oublie souvent ce que je lis, ce que je veux dire ou les consignes de l'enseignant.	Oui	Non
7.7	La plupart du temps, c'est difficile pour moi de retenir les informations lorsqu'il y a plusieurs consignes à la fois.	Oui	Non
7.8	Je dois souvent relire plusieurs fois les informations afin de bien les comprendre.	Oui	Non
7.9	La plupart du temps, le calcul mental est difficile pour moi.	Oui	Non
7.10	La plupart du temps, je suis capable de me souvenir de ma question jusqu'à ce que l'enseignant me donne un droit de parole.	Oui	Non

Précisions à apporter à un ou plusieurs énoncés :
