

LE QUESTIONNAIRE DE PROUST

Un outil pour développer la connaissance de soi et des autres.

- Version maternelle -

- 1 Je dis ce que j'aime le plus à l'école
- 2 Je montre un camarade qui me fait rire
- 3 Je m'imite lorsque je réussis
- 4 J'attrape un objet que j'apprécie
- 5 Je colorie la forme avec ma couleur préférée



LE QUESTIONNAIRE DE PROUST

Un outil pour développer la connaissance de soi et des autres.

- Version élémentaire -

- 1 Ce que j'aime le plus à l'école
- 2 Ce que j'ai aimé apprendre
- 3 Un beau souvenir de l'année
- 4 Une de mes réussites
- 5 Une erreur qui m'a appris des choses
- 6 Une force que je me reconnais
- 7 Une force que les autres me reconnaissent
- 8 Une force que j'aimerais développer
- 9 Une activité qui m'apaise
- 10 Un héros qui m'inspire

LE QUESTIONNAIRE DE PROUST

Un outil pour développer la connaissance de soi et des autres.

- Version secondaire -

- 1 Ce qui me donne envie de me lever le matin
- 2 Ce pour quoi je suis reconnaissant
- 3 Ce que j'aime apprendre
- 4 Une émotion agréable que je ressens souvent
- 5 Une expérience positive récente
- 6 Une erreur qui m'a fait grandir
- 7 Ma plus belle réussite
- 8 Mon objectif de l'année
- 9 Ma citation préférée
- 10 Une activité qui me fait du bien
- 11 Une activité physique que j'aime pratiquer
- 12 Un film, une série ou une blague qui me fait rire
- 13 Une musique qui me donne de l'énergie
- 14 Les amis sur qui je peux compter
- 15 Ce que j'apprécie le plus chez mes amis
- 16 Un professeur passionnant
- 17 Une personne que j'ai envie de remercier
- 18 Une personne qui m'inspire
- 19 Ma façon d'aider les autres
- 20 Ce que j'apprécie le plus dans ma vie

LE QUESTIONNAIRE DE PROUST

Un outil pour développer la connaissance de soi et des autres.

- Version adulte -

- 1 Un mot qui évoque les compétences psychosociales
- 2 Une force de caractère que je me reconnais
- 3 Une force de caractère que les autres me reconnaissent
- 4 Une force de caractère que j'aimerais développer
- 5 Une émotion agréable que je ressens souvent
- 6 Une expérience positive récente
- 7 Une chanson qui me donne de l'énergie
- 8 Une de mes belles réussites
- 9 Une erreur qui m'a fait avancer
- 10 Une activité qui m'apaise ou me captive
- 11 Une activité physique que j'aime pratiquer
- 12 Une manière d'exprimer ma gratitude
- 13 Mon objectif de l'année
- 14 Une valeur qui me guide
- 15 La personne que je souhaite remercier
- 16 La personne que je souhaite encourager
- 17 Un héros qui m'inspire
- 18 Les mots que j'aime le plus
- 19 Ma citation préférée
- 20 Ce que j'apprécie le plus dans ma vie

LE QUESTIONNAIRE DE PROUST

Un outil pour développer la connaissance de soi et des autres.

- Version covid -

- 1 Ce que tu as le plus aimé
- 2 Ce que tu as découvert sur toi
- 3 Ce que tu as découvert sur les autres
- 4 Ce que tu as découvert sur la vie
- 5 Ce que tu as le moins aimé
- 6 Ce qui t'a le plus manqué
- 7 Une émotion désagréable que tu as ressentie
- 8 Ce que tu as réussi à faire pour mieux la gérer
- 9 Une personne (ou plusieurs) qui t'a aidé
- 10 Une émotion agréable souvent ressentie
- 11 Une personne (ou plusieurs) que tu aimerais remercier
- 12 Un bel effort que tu as eu le courage de faire
- 13 Une de tes réussites/Ce dont tu es fier
- 14 Une force que tu as développée
- 15 Une activité nouvelle que tu as faite
- 16 Ce qui t'a aidé à garder le lien avec les personnes que tu aimes