



Connaissance
de soi

Lorsqu'il est fatigué,
Kili se met en colère
plus rapidement. Toi, tes
comportements sont-ils
différents lorsque
tu es fatigué?

Kili est stressé lorsqu'il se retrouve dans une situation qu'il ne connaît pas, par exemple s'il commence un nouveau cours la fin de semaine.

Cela t'arrive-t-il aussi?
Si oui, comment réagis-tu?

Kili se sent bien lorsqu'il rend service à des gens. Toi, comment te sens-tu quand tu rends service à d'autres personnes?

Kili déteste être privé
d'activités qu'il aime faire.
Toi, comment te sens-tu
quand cela t'arrive?

Kili a pensé pendant des années qu'il était incapable de chanter. Dernièrement, un ami lui a dit qu'il chante bien. Penses-tu avoir de la difficulté à faire quelque chose alors que d'autres croient le contraire ?



Sentiment
de compétence

Le petit cousin de Kili a peur de dormir seul dans son coin de grotte. Kili a déjà eu cette peur et il est bon pour rassurer son cousin.

As-tu déjà rassuré quelqu'un qui avait peur? Si oui, comment as-tu fait?

Hier, le père de Kili lui a dit :
« Si tu es certain que tu n'es pas capable, tu ne seras pas capable ! » Penses-tu que cette phrase est vraie ?
Pourquoi ?

Kili a peur des loups. Sa mère lui a dit qu'elle n'en a jamais rencontré. Toi, as-tu peur de quelque chose qui est rare? Si oui, comment vis-tu avec cette peur?

Kili a vu la note de son ami à l'examen de mathématiques. Cet ami a mieux réussi que lui. Kili ne se sent pas bon. As-tu déjà vécu une situation semblable? Comment as-tu fait pour être plus positif?

Kili est toujours très fier de gagner la course contre ses parents. Aujourd'hui, son père a gagné. Kili est fâché. Est-ce qu'il t'arrive de rencontrer des difficultés dans une activité que tu maîtrises bien ? Si oui, comment te sens-tu ?



Sentiment
d'appartenance

Avec son père, Kili préfère construire des iglous. Avec sa mère, il aime faire des batailles de boules de neige. Toi, aimes-tu faire les mêmes activités ou des activités différentes avec chacun de tes parents ? Lesquelles ?

Kili n'aime pas souvent les mêmes jeux que son petit frère, mais il arrive quand même à jouer avec lui.

Connais-tu quelqu'un avec qui tu aimes jouer même s'il a des goûts différents ?

Kili a fait un immense fort
de neige avec sa famille.
Chacun a construit une partie
et tout le monde était fier.

As-tu déjà vécu une
expérience comme celle-là ?

Kili a dit à son ami que le meilleur sport d'hiver est l'escalade. Son ami n'était vraiment pas d'accord. Kili était gêné. Toi, que fais-tu lorsque quelqu'un que tu aimes n'est pas d'accord avec toi ?

Kili adore voir sa cousine,
mais il ne la voit pas
souvent. Kili s'ennuie.
Toi, comment te sens-tu
lorsque tu ne vois pas
souvent quelqu'un
que tu aimes ?



Sentiment
de sécurité

Kili a appris qu'une personne
de sa classe va déménager.
Il serait très stressé de devoir
changer de montagne.
Toi, comment te sentirais-tu
si tu déménageais ?

Chaque fois que Kili est en haut d'une montagne, il a peur de tomber en bas.

Il a besoin qu'un parent le rassure. Toi, t'arrive-t-il d'avoir de la difficulté

à te rassurer seul ?

Si oui, quand ?

Kili aime beaucoup son enseignante et il réussit facilement à lui parler de ses émotions. Toi, y a-t-il un adulte comme cela dans ton entourage?