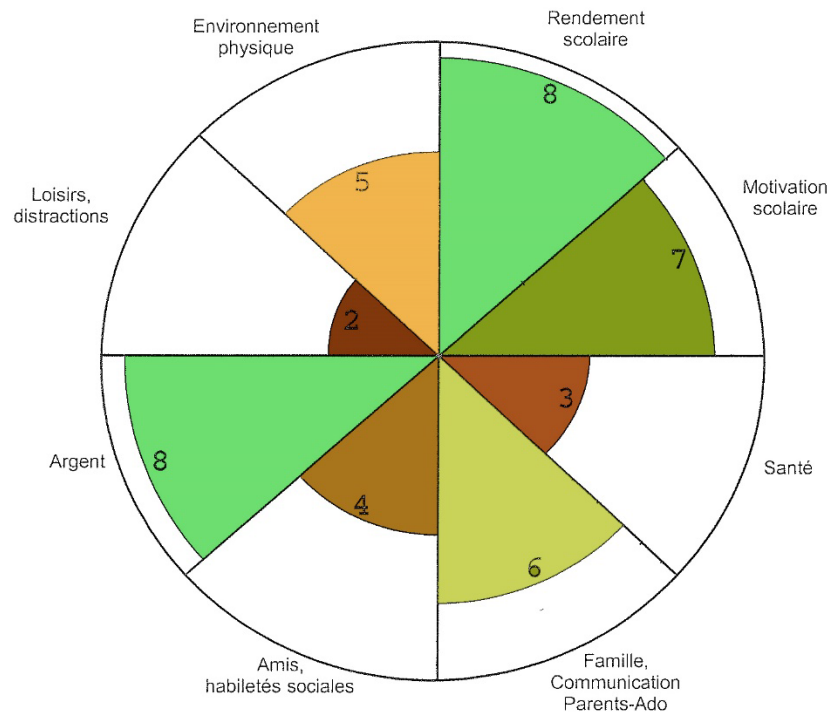


Annexe 1 : La roue de la vie

Les huit sections de la roue représentent les grands domaines de notre vie. Elles illustrent l'équilibre de la vie.

Exemple :



À partir du centre d'où part le chiffre 0, demandez à la personne de noter de 0 à 10 l'indice de satisfaction de chacun des domaines de sa vie actuelle et ce, en étant le plus honnête et objectif possible (10 étant l'indice de satisfaction le plus élevé).

Dessinez, à chaque indice, un nouvel arc du cercle correspondant à la note attribuée. Une nouvelle roue se formera. Elle indiquera où se situent les ruptures d'équilibres et les points de satisfaction.

Demandez à la personne de se poser la question suivante :

« Si je devais rouler avec cette roue, comment trouverais-je ma route : plutôt cahoteuse ou plutôt facile ? »



Nom : _____

- Environnement physique
- Rendement scolaire
- Motivation Scolaire
- Famille communication parent-ado

- Amis, habileté sociale
- Argent
- Santé
- Loisir, distractions

