

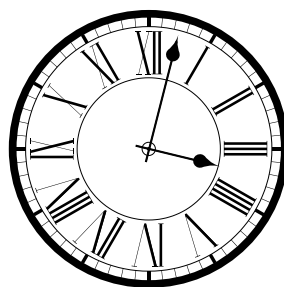
Je multiplie sans cesse mes engagements (projets, sorties, activités sportives ou culturelles...) et je ne sais plus où donner de la tête



Je refuse de me soumettre à un cadre (ou à des règles) que je trouve injustes



Ce que l'on me demande d'apprendre actuellement me paraît inutile



Ce que l'on me demande d'apprendre actuellement ne m'intéresse pas



Les cours que je suis sont trop faciles : je m'ennuie et je n'apprends rien



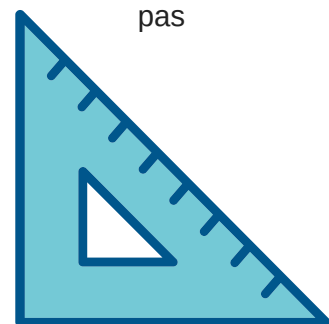
Je dois reconnaître que je néglige ma santé actuellement : repas déséquilibrés, sommeil peu réparateur, RDV nécessaire avec un médecin non pris...



Je suis inquiet concernant l'avenir



Les profs ne sont pas accessibles et je n'ose pas leur demander de l'aide lorsque je ne comprends pas



Je préfère jouer et m'amuser plutôt que de me confronter aux difficultés



J'ai besoin que tout soit parfait, ce qui fait que j'arrive rarement à aller au bout de ce que j'entreprends



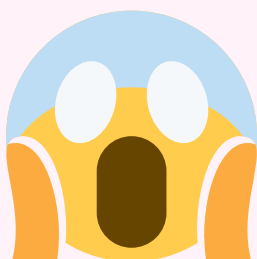
Je n'ose pas demander de l'aide alors que j'en aurais besoin



Je crois que mes loisirs ne me permettent pas de m'investir sérieusement dans ma scolarité



J'ai peur d'échouer, ce qui fait que j'évite la plupart du temps de me confronter à la difficulté



Je n'ai pas de projet professionnel (ou mon projet est vague/flou)



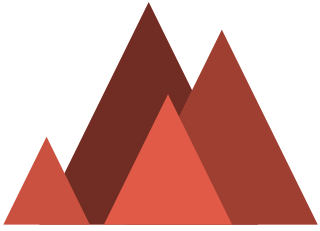
Je n'ai pas confiance en l'avenir



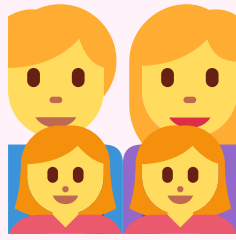
Je n'ai aucune idée de ce que je voudrais faire après le bac...



Lorsque je ne comprends pas un cours, je n'arrive pas à surmonter tout seul mes difficultés



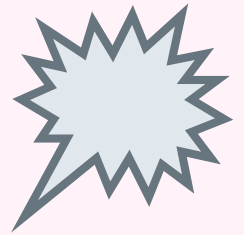
Je vais à l'école pour faire plaisir à mes parents



Il y a beaucoup de non-dits et de secrets dans ma famille, ce qui est compliqué pour moi à gérer



Il y a une mauvaise ambiance dans ma classe et les relations avec les profs sont tendues



Je suis souvent stressé, en particulier pendant les contrôles



J'ai des problèmes personnels (santé, amour, argent, amis, logement...) qui m'empêchent de m'investir sereinement dans ma scolarité



Je n'ai pas d'amis, ce qui ne me donne pas envie d'aller en cours



Réussir mes études va m'amener à dépasser le niveau intellectuel de mes parents, ce qui est compliqué à gérer



Je n'arrive pas à me concentrer en cours ni lorsque j'étudie chez moi ou à la bibliothèque



J'ai du mal à mémoriser mes leçons



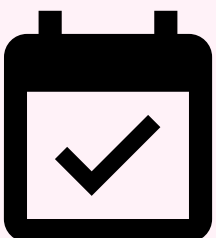
Je n'ai pas confiance en moi, ce qui fait que j'ai du mal à persévérer à la suite d'une mauvaise note



Je n'arrive pas à m'organiser pour étudier de manière efficace



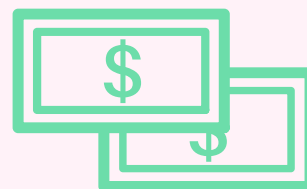
Je ne sais pas comment définir mes objectifs de travail ou planifier mes tâches



J'ai du mal à différencier ce qui est urgent de ce qui est important, et à hiérarchiser mes priorités



Je dois travailler en plus des cours pour subvenir à mes besoins ou aider ma famille



Je me sens dépassé par les contraintes de la vie quotidienne : courses, repas, rangement, etc.

