

# 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