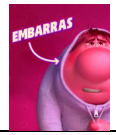
Bilan émotionnel de fin de journée

NOM : _____ Prénom : _____ Classe : _____

Voici un petit bilan émotionnel. Nous te proposons de dire comment tu te sens en fonction des lieux et des temps de la journée. Ce bilan nous aidera à mieux te comprendre, t'aider si besoin et surtout à améliorer la vie des collégiens. Si tu le souhaites, en cas d'émotion négative ou compliquée pour toi, tu peux nous détailler pourquoi. Merci à toi.

La CPE, l'infirmière et ton professeur principal

	Colère	Joie	Tristesse	Peur	Dégoût	Envie	Ennui	Embarras 	Anxiété	Peux-tu nous expliquer pourquoi ?
Avant de rentrer dans le collège le matin, je ressens …										
Si je prends le bus, je ressens …										
En arrivant dans la cour, en récréation ou entre midi et deux, je ressens …										
Dans la relation avec mes professeurs, je ressens …										
Avec le groupe de ma classe, je ressens …										
Avec mes amis, en dehors des cours, je ressens …										
Lorsque je travaille en classe, je ressens …										
Si je vais à la cantine, je ressens …										
Dans le bus du soir, je ressens …										
Dans les locaux des toilettes, je ressens …										