

**Ateliers BASE\ Portrait de ma situation actuelle**



Objectifs scolaires atteints en juin 2019

Objectifs personnels atteints en juin 2019

Mes forces et mes compétences

But professionnel : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Profil de formation : Préalables DEP

DES

Sigles à l’horaire actuellement :

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Mon projet de formation

Ce qu’on verra de moi en juin 2019.

**Quels sont les OBSTACLES (mes difficultés rencontrées en classe) pouvant empêcher la réussite de mon projet au CÉA Antoine-Brossard ?**

* Retard ou difficultés à gérer mes échéanciers
* Je ne suis pas allé en examen depuis très longtemps
* J’avance très peu dans mes livres
* Je fais autres choses durant mes cours
* Absences
* Échecs
* Difficultés de concentration / distractions
* Oublis fréquents
* Je ne finis jamais mes tâches scolaires
* J’ai reçu des explications de mon enseignant, à mon bureau, j’ai tout oublié
* Je stresse aux examens ou ça m’empêche de réaliser mon travail
* J’ai beaucoup d’erreurs dans mes travaux que je ne comprends pas

Autres : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |
| --- |
| En regard de quelle(s) difficulté(s), parmi ceux identifiés en haut, j’aimerais apporter un changement au cours des ateliers ? (Ma ou mes priorités pour mon plan de changement) |
|  |
|  |
|  |
|  |

|  |
| --- |
| Je serai fier(e) si les ateliers me permettent de … (résultats souhaités en lien avec tes difficultés) |
|  |
|  |
|  |
|  |

Pour maintenir ma motivation et atteindre mes objectifs, j’ai besoin de … ?

(cochez les énoncés correspondant à vos besoins)

* Me faire des échéanciers par matière
* Développer des stratégies d’apprentissage plus efficaces :
  + Mieux gérer mon attention et ma concentration
  + Être plus efficace dans mon travail (moins d’erreurs, mieux comprendre)
  + Maintenir un bon rendement à chaque période
  + Mieux organiser les connaissances dans le but de les comprendre
  + Mémorisation
* Modifier mes habitudes de vie :
  + Alimentation
  + Exercice physique
  + Consommation drogue/alcool
  + Jeu hasard, en ligne, web, réseaux sociaux
  + Sommeil
  + Niveau de stress
  + Autre : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
* Rencontrer régulièrement mon tuteur
* Rencontrer un professionnel du centre : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
* Diminuer mes heures au travail
* Autres :\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_