

C'est l'heure du suivi !

Prends quelques minutes pour réfléchir à la leçon d'aujourd'hui sur la **règle d'or no 4 : Reconnaiss ton rôle.**

Étape 1 :

Évalue ton niveau actuel de **connaissances** en cochant chacune des cases applicables.

	Pas encore	Ça s'en vient	Oui
Je sais quel est mon rôle – et ce qui ne l'est pas – lorsque je soutiens quelqu'un	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je sais en quoi consistent mes limites	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je comprends pourquoi les limites sont importantes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je sais comment établir des limites saines	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Étape 2 :

Dans quelle mesure as-tu **confiance** en ta capacité à mettre en pratique ces nouvelles compétences dans une **situation réelle**? Encerle l'un des encadrés ci-dessous.

Dans l'ensemble, j'ai confiance en ma capacité à dire et à faire ce qu'il faut dans une situation réelle	Ça s'en vient! J'ai besoin de réviser et de m'entraîner davantage afin de me sentir plus à l'aise de mettre en pratique ces compétences dans une situation réelle, mais dans l'ensemble, je sens que je suis sur la bonne voie.	Je pense que j'ai besoin de plus de temps pour me familiariser avec ces nouvelles notions et me sentir plus à l'aise de les mettre en pratique dans une situation réelle.
--	---	---

Étape 3 :

As-tu des commentaires ou des questions pour ton enseignant.e? Inscris-les dans l'espace ci-dessous :