|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| J’ai peur d’échouer (donc j’évite de me confronter à la difficulté) | J’ai peur de réussir et de ne pas pouvoir assumer de responsabilité supplémentaire | J’ai besoin que tout soit parfait, ce qui fait que je n’arrive jamais à terminer ce que j’entreprends | Je multiplie mes engagements et je ne sais plus où donner de la tête |
| Les objectifs à atteindre ne sont pas clairs pour moi | Je ne sais pas comment m’y prendre pour répondre aux attentes | Je n’arrive pas à me concentrer | Je ne retiens rien de ce que j’apprends |
| Je n’arrive pas à dépasser tout seul mes difficultés de compréhension | Je ne sais pas comment planifier mes objectifs de travail | Je ne sais pas comment organiser mon temps pour être efficace | J’ai du mal à hiérarchiser mes priorités |
| Je suis souvent stressé | Je n’ai pas confiance en moi | J’ai des trous noirs au moment des examens | Je n’ose pas demander de l’aide quand j’en aurais besoin |
| Je n’ai pas de projet professionnel (ou mon projet est vague/flou) | Je ne connais pas les débouchés professionnels de la formation que je suis | On ne prend pas en compte mon expérience ou ce que je sais déjà dans le cadre de la formation | Si j’avais le choix, je ne me serais pas inscrit dans cette formation, mais dans une autre |
| Je n’ai pas d’estime pour la personne qui assure l’enseignement, nous n’avons pas notre mot à dire | Je refuse de me soumettre à un cadre (ou des règles) que je trouve illégitime | Je suis inscrit dans cette formation pour le salaire et/ou la sécurité de l’emploi, pas parce que le contenu m’intéresse vraiment | Ce sont mes parents ou mes profs qui m’ont conseillé cette formation. Ce sont eux qui pensent que je dois m’investir, pour mon bien |
| Je n’apprends rien, je connais déjà le contenu des cours | Je ne suis pas intéressé par le contenu | Les enseignements ne sont pas appliqués à des situations réelles. Je ne vois pas l’utilité de ce que l’on apprend | Je ne fais pas le lien entre l’enseignement et mon futur métier |
| Je n’ai pas d’amis, ce qui ne me donne pas envie d’aller en cours | Je pense que mes loisirs ne me permettent pas de m’investir sérieusement dans ma scolarité | Je préfère jouer et m’amuser plutôt que de me confronter aux difficultés | Réussir mes études va m’amener à dépasser le niveau intellectuel de mes parents, ce qui est compliqué à gérer |
| Il y a des non-dits et des secrets dans ma famille, ce qui est compliqué pour moi à gérer | Je suis préoccupé par des problèmes personnels qui m’empêchent de m’impliquer dans ma scolarité | Les relations avec les enseignants sont tendues | J’ai des problèmes de santé qui m’empêchent de m’impliquer sereinement dans ma scolarité |