

## AP – BIEN ÊTRE – SEANCE 2

### Diagnostic personnalité – Le lycée ?

- ✓ Qu'est-ce que signifie pour moi être au lycée ?

Construire un nuage d'idées, de remarques, de réflexions autour du mot lycée et de ce qu'il représente pour toi ?



✓ Ton état d'esprit en seconde

- Présente ton état d'esprit et tes sentiments à cette rentrée en seconde en lycée.

- Observe la liste des sentiments ci-dessous, entoure ceux que tu éprouves le plus

-

Anxiété, stress	Contrariété	Ennui	Enthousiasme
Confusion	Insatisfaction	Isolement	Chance
Agitation	Révolte	Fatigue	Optimisme
Nervosité	Hostilité	Découragement	Décontraction
Timidité	Agacement	Désespoir	Motivation
Pessimisme	Tromperie	Nostalgie	Gaieté
Joie	Bonheur	Equilibre	Epanouissement
Autres :			

- Rédige une sorte de page de ton journal personnel sur ce que représentent pour toi l'entrée et la scolarité au lycée, et qui montrerait ton état d'esprit, ton choix de venir en seconde, tes attentes de Seconde et l'attitude que tu vas adopter pour essayer d'y parvenir.