QUESTIONNAIRE - VERSION ENFANT

Nous allons prochainement nous rencontrer et Captain Pat a besoin de toi pour mieux te connaître !

Papa et maman vont bien sûr t'aider à répondre aux questions

Essaye de répondre spontanément en pensant à toi de manière générale

Il n'y pas de bonnes ou mauvaises réponses :)

Une première question facile, quel est ton prénom ?

Allez, c'est parti:)

TON ATTENTION

Dis moi si les propositions ci-dessous te ressemblent :

	Rarement	Quelques fois par mois	Quelques fois par semaine	Presque tous les jours
Je peine à prêter attention aux détails ou je fais des fautes d'étourderies dans les devoirs ou d'autres activités	☐	☐	☐	☐
Je me laisse facilement distraire par des stimuli extérieurs (fenêtre, bruits, téléphone...)	☐	☐	☐	☐
J'ai du mal à terminer mes devoirs ou mes tâches à la maison (ex : commence mais je perds le fil, facilement distrait)	☐	☐	☐	☐
J'ai souvent du mal à organiser mes travaux ou mes activités (difficultés à gérer le temps, ne respecte pas les délais)	☐	☐	☐	☐
Souvent j'écoute pas quand on me parle personnellement, je suis un peu dans la lune	☐	☐	☐	☐
J'ai des oublis fréquents dans la vie quotidienne	☐	☐	☐	☐
Souvent, je n'aime pas ou fais à contre-coeur les tâches demandant un effort soutenu	☐	☐	☐	☐
Je perds souvent les objets nécessaires à mon travail ou à mes activités (matériel scolaire, livres, crayons, portefeuille, clef, lunettes, téléphone)	☐	☐	☐	☐
Souvent j'ai du mal à maintenir mon attention au travail ou dans les jeux (lecture, conversation...)	☐	☐	☐	☐

TES COMPORTEMENTS

Dis moi si les propositions ci-dessous te ressemblent :

	Rarement	Quelques fois par mois	Quelques fois par semaine	Presque tous les jours
J'agis souvent comme si j'étais "monté sur ressorts" (ex : incapacité ou inconfort de se tenir immobile, sans bouger, pendant un long moment, comme à table, à l'école)	☐	☐	☐	☐
J'ai souvent du mal à attendre mon tour	☐	☐	☐	☐
J'ai souvent du mal à me tenir tranquille dans les jeux ou les activités de loisirs	☐	☐	☐	☐
J'interrompts souvent les autres ou impose ma présence	☐	☐	☐	☐
Je laisse souvent échapper la réponse à une question qui n'est pas encore posée (ex : termine la phrase d'un autre, ne peut pas attendre son tour pour parler)	☐	☐	☐	☐
Je parle trop	☐	☐	☐	☐
Je court ou m'agite dans des situations où cela n'est pas approprié	☐	☐	☐	☐
Je me lève souvent dans des situations où je suis supposé rester assis (classe, repas...)	☐	☐	☐	☐
Je remue souvent les mains ou les pieds ou me tortille sur sa chaise	☐	☐	☐	☐

TES EMOTIONS

Dis moi si les propositions ci-dessous te ressemblent :

	Rarement	Quelques fois par mois	Quelques fois par semaine	Presque tous les jours
Je me mets souvent en colère	☐	☐	☐	☐
J'argumente et conteste ce que peuvent dire les adultes	☐	☐	☐	☐
Je m'oppose, refuse de faire ce qui est demandé	☐	☐	☐	☐
Je fais délibérément des choses qui contrarient ou embêtent les autres	☐	☐	☐	☐
Je peux me montrer méchant ou avoir envie de me venger	☐	☐	☐	☐
Je reproche aux autres mes propres erreurs et / ou mauvaise conduite	☐	☐	☐	☐
Je suis facilement contrarié par les autres, je m'agace facilement	☐	☐	☐	☐
Je suis souvent fâché, rancunier avec des ressentiments	☐	☐	☐	☐

Je peux dire des gros mots ou insulter un camarade ou un autre membre de la famille (frère, sœur...)	☐	☐	☐	☐
Je peux mordre, frapper un camarade ou un autre membre de la famille (frère, sœur...)	☐	☐	☐	☐
Je peux mentir pour éviter de faire des choses que je n'aime pas (devoirs, rangement)	☐	☐	☐	☐
Je peux casser des choses (jouets, affaires...) qui sont à mes camarades ou à un autre membre de la famille (frère, sœur...)	☐	☐	☐	☐
Je peux voler de l'argent ou des objets	☐	☐	☐	☐

Dis moi si tu ressens ces émotions :

	Rarement	Quelques fois par mois	Quelques fois par semaine	Presque tous les jours
Je suis inquiet pour aller à l'école	☐	☐	☐	☐
J'ai peur d'avoir des mauvaises notes ou d'échouer	☐	☐	☐	☐
Je m'impose beaucoup de pression	☐	☐	☐	☐
Je m'inquiète lors des séparations (aller dormir chez un ami, grands-parents, colonie, le matin au portail de l'école)	☐	☐	☐	☐
J'ai peur du noir, je peine à m'endormir seul	☐	☐	☐	☐
Je m'inquiète des maladies (virus, contaminations...)	☐	☐	☐	☐
Je suis inquiet quand je dois faire une nouvelle activité	☐	☐	☐	☐
Je peux refuser de faire par peur d'échouer	☐	☐	☐	☐
Je suis inquiet de me retrouver dans des lieux publics	☐	☐	☐	☐
J'ai peur de présenter un travail devant la classe ou de faire une compétition	☐	☐	☐	☐
J'ai peur de choses particulières (ex : feux d'artifice, animal, sang...)	☐	☐	☐	☐
J'ai souvent mal au ventre ou à la tête	☐	☐	☐	☐
Je peux me ronger les ongles, mâchouiller les vêtements, mordiller les stylos, tournicoter mes cheveux...	☐	☐	☐	☐

Je suis triste	☐	☐	☐	☐
Je pense que je suis moins intelligent que les autres	☐	☐	☐	☐
Je n'ai pas confiance en moi	☐	☐	☐	☐
Je pleure facilement	☐	☐	☐	☐
Je suis très sensible et les remarques me font de la peine	☐	☐	☐	☐

BRAVO !

Maintenant tu vas me dire si les situations proposées arrivent ...

A LA MAISON

Disputes avec ton frère ou ta sœur ☐

Disputes avec tes parents (ou un autre membre de la famille) ☐

Tu es souvent puni ou exclu des activités ☐

Ça te stresse et/ou te met en colère ☐

AVEC TES CAMARADES A L'ECOLE

Tu te disputes avec tes camarades ☐

Tu es souvent tout seul pour jouer ☐

Tu veux imposer ta façon de faire ☐

Tes camarades se moquent de toi ☐

Tu es pas trop invité aux anniversaires ☐

Tu as des difficultés pour te faire des camarades ☐

Tu es plus souvent puni par les enseignants ☐

PAR RAPPORT A TES RESULTATS SCOLAIRES

Tu as des mauvaises notes ou mauvaises appréciations ☐

Souvent tu es un peu perdu pour bien t'organiser à l'école ☐

Tu es souvent en retard pour terminer les contrôles ou écrire les leçons ☐

Tu dois travailler beaucoup pour avoir des bonnes notes ☐

Tu as besoin que tes parents t'aident beaucoup pour faire tes devoirs ☐

Tu es puni car tu « travailles mal » ☐

POUR TE PREPARER

Tu es un peu lent pour te préparer pour aller à l'école (habillage, oublis) ☐

Tu t'organises mal pour le rangement, les différentes choses à faire ☐

Tu es souvent en retard ☐

Tes parents te crient souvent dessus ☐

Tu « traînes » un peu pour aller te brosser les dents, te doucher ☐

Tu tombes souvent, te fais mal ☐

Tu aimes beaucoup les sodas, les biscuits, les burgers et les fast-food ☐

LES ECRANS

Est-ce que tu aimes les écrans (soit la TV, le téléphone, les consoles ou la tablette) ?

☐ NON ☐ ☐ Moyen ☐ Fort

Tu mens parfois pour pouvoir « jouer aux écrans » ?

☐ OUI ☐ NON

Les écrans sont un sujet de disputes avec tes parents: ?

☐ OUI ☐ NON

Est ce que tu te réveilles tôt exprès pour jouer ou regarder la TV ?

☐ OUI ☐ NON

Si tu ne peux pas jouer ou regarder la TV, te sens tu en colère ?

☐ OUI ☐ NON

TON SOMMEIL

Est-ce que tu t'endors facilement ? ☐ OUI ☐ NON

Tout seul ? ☐ OUI ☐ NON

Est ce que tu fais souvent des cauchemars ? ☐ OUI ☐ NON

Te réveilles-tu souvent la nuit ? ☐ OUI ☐ NON

As-tu du mal à te rendormir ? ☐ OUI ☐ NON

Es-tu fatigué le matin ? ☐ OUI ☐ NON

Te sens-tu fatigué dans la journée ? ☐ OUI ☐ NON

LE SPORT

Pratiques-tu une activité sportive ? ☐ OUI ☐ NON

Essaye de me dire pourquoi tu aimes cette activité ?

Si tu ne fais pas de sport, essaye de me dire pourquoi ?

Et voilà ! C'est fini !

MERCI BEAUCOUP

N'oublie pas de dire à papa ou maman d'enregistrer tes réponses