



Lorsque je dois prendre une décision, je fais en sorte d'y faire **FACE** de la manière la plus sécuritaire.

Modèle de prise de décision FACE : Version enseignant (élémentaire)



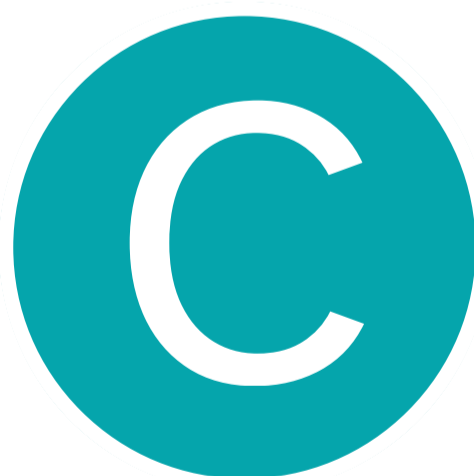
**FAIRE LE
POINT**

- Quels mots est-ce que je peux utiliser pour décrire mes émotions ?
- Quelles sont les émotions que je ressens ?
- Comment mon corps réagit-il à cette situation ?
- Pourquoi est-ce que je ressens cela ?
- Quand est-ce que j'ai déjà ressenti cela ?
- Qui d'autre pourrait avoir des sentiments à propos de cette situation ?



ANALYSER

- Quels sont mes choix ?
- En qui est-ce que j'ai confiance pour m'aider à faire ce choix ?
- Quels sont les facteurs susceptibles de modifier mon choix ?
- Quand dois-je prendre une décision ?
- Quand est-ce que j'ai déjà été confronté.e à cette situation ? Quel choix ai-je fait ?
- Où est-ce que je peux obtenir de l'aide si nécessaire ?
- Comment ce choix pourrait-il m'affecter et affecter les autres ?



CHOISIR

- Quel est le choix le plus sécuritaire pour moi ?
- Pourquoi est-ce que je fais ce choix ? Est-ce que je me sens obligé.e de faire ce choix ?
- En quoi mon choix est-il axé sur ce qui est important pour moi ?
- Quelles sont les prochaines étapes que je dois franchir ?
- Comment est-ce que je peux communiquer mon choix aux autres ?



ÉVALUER

- À qui est-ce que je peux faire confiance pour parler de mon choix ?
- Quelles ont été les conséquences de mon choix ?
- Qu'est-ce que j'ai appris de mon choix ?
- Y a-t-il d'autres mesures à prendre ?
- Quel a été l'impact de mon choix sur moi-même et sur les autres ?
- Comment est-ce que je me sens par rapport au choix que j'ai fait ?