

# Journal du Succès - Interactif

## 1. Aujourd'hui, je me sens :

- ■ Heureux.se
- ■ Calme
- ■ Motivé.e
- ■ Fatigué.e
- ■ Triste
- Autre : \_\_\_\_\_

## 2. Mes trois réussites du jour :

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

## 3. Une chose dont je suis fier/fière aujourd'hui :

\_\_\_\_\_

## 4. Une chose pour laquelle je suis reconnaissant(e) :

\_\_\_\_\_

## 5. Un défi surmonté aujourd'hui :

\_\_\_\_\_

## 6. Une leçon apprise aujourd'hui :

\_\_\_\_\_

## 7. Mon objectif principal pour demain :

\_\_\_\_\_

## 8. Une affirmation positive pour finir ma journée :

\_\_\_\_\_