

Le thermomètre de ma concentration



5. **Totalement déconcentré**

Je bavarde, je ne tiens pas en place.



J'ai besoin d'une pause

4. **Distrait/ agité**

Je joue avec mon matériel, je me balance sur ma chaise, je rêve.



3. **Capable de continuer**

Je commence à avoir envie de regarder ailleurs ou de faire autre chose.



2. **Attentif**

Je suis intéressé et j'écoute.



1. **Absorbé**

Je suis appliqué et efficace.