

Responsabilité Jour 3 • Connexion personnelle

Définition RAK : La responsabilité est d'être fiable pour faire les choses qui sont attendues ou exigées de vous.

Dans cette leçon, les élèves examineront la responsabilité à travers le prisme de quelque chose avec lequel nous luttons tous, la procrastination.

Objectifs hebdomadaires

Les étudiants vont :

- ☐ Analyser les responsabilités personnelles et d'entreprise.
- ☐ Évaluer leur communauté à travers le prisme de la responsabilité.

Ressources / Matériaux

- ☐ **VIDÉO:** [Dans l'esprit d'un maître procrastinateur | Tim Urbain](#)

Réfléchir / Évaluer

Livrables :

- ☐ Points de participation quotidiens
- ☐ **Saisie du journal de responsabilité :** Qu'est-ce qui sabote mon temps et me donne envie de procrastiner ? Que puis-je faire pour me préparer au succès lorsqu'il s'agit de faire des choses que je n'ai pas vraiment envie de faire ?

Partager

Démarreurs de discussion:

La procrastination, c'est quand nous remettons à plus tard les choses qui sont requises ou attendues de nous.

- Trouvez-vous facile de donner suite aux choses qui sont attendues ou exigées de vous, ou trouvez-vous que vous tergiversez ou que vous les remettez à plus tard ?
- Que se passe-t-il lorsque nous procrastinons ?
- Pourquoi pensez-vous que les gens tergiversent alors qu'ils savent qu'ils ont des choses à faire ?



Inspirer

Montre: [Dans l'esprit d'un maître procrastinateur | Tim Urbain](#)



Discussion en grand groupe :

- Que pensez-vous de l'analogie du locuteur ? Avez-vous déjà expérimenté le « singe de la gratification instantanée » ou le « monstre panique » ?

Habiller

Présentez aux élèves des stratégies qui peuvent les aider à mieux gérer leur temps. Invitez les élèves à partager ce qu'ils font pour gérer leur temps et leur emploi du temps. Ajoutez ensuite ceux-ci à la liste :



- [La Technique Pomodoro](#)
- [Essayez des applications qui aident à suivre la productivité comme 30/30](#)
- [Effectuez un audit du temps pour voir où va réellement votre temps](#)
- [Créez une boîte Eisenhower pour vous aider à hiérarchiser vos activités](#)

Demandez aux élèves de pratiquer **une** de ces stratégies pour la semaine prochaine et rendre compte de leurs résultats.