

Social Interaction Checklist

Liste de contrôle des interactions sociales

Instructions : Cochez la colonne correspondant à votre réponse.

Activités sociales	Toujours	Parfois	Jamais
1. Je déjeune avec des amis			
2. J'assiste à un ou plusieurs cours			
3. J'adhère à un club ou à une association			
4. Je fais du bénévolat			
5. Je passe du temps avec ma famille			
6. Je parle au téléphone ou j'écris des lettres			
7. J'assiste à des offices religieux			
8. Je passe du temps avec des amis			
9. Je m'inscris à des équipes sportives ou à des clubs de fitness			
10. Je vais à des fêtes			
Compétences sociales	Toujours	Parfois	Jamais
11. Je suis amical			
12. Je dis des choses gentilles sur les autres			
13. Je souris			
14. J'écoute bien			
15. J'attends mon tour pour parler			
16. Je fais savoir aux gens que je les aime			
17. Je suis honnête			
18. Je m'entends bien avec les autres			
19. Je partage et je prends mon tour avec les autres			
20. Je pense à ce que les autres peuvent ressentir			
Avantages de l'interaction sociale	Toujours	Parfois	Jamais
21. Il y a des gens qui m'aideront			
22. J'ai des amis avec qui interagir			
23. Je me sens bien dans ma peau			
24. Je me sens à ma place			
25. Je fais confiance à mes amis			
26. J'ai confiance en moi			
27. Je sens que ma famille se soucie de moi			
28. Je me sens en bonne santé			
29. Je prends soin de moi			
30. Je reçois des compliments			

Cotation : 2 points pour « toujours », 1 point pour « parfois », 0 point pour « jamais ».

Score total : _____

Social Interaction Checklist

Liste de contrôle des interactions socialesⁱ

SCORE TOTAL

- **Moins de 12** Besoin important d'interaction sociale
- **12 - 23** Niveau d'interaction sociale inférieur à l'équilibre
- **24 - 35** Niveau d'interaction sociale équilibré
- **36 - 47** Niveau d'interaction sociale supérieur à l'équilibre
- **48 - 60** Niveau élevé d'interaction sociale

Lequel des éléments suivants avez-vous le plus souvent coché « toujours » ?

- Activités sociales
- Compétences sociales
- Avantages de l'interaction sociale

Qu'avez-vous appris sur vous-même grâce à cette activité ?

ⁱ Danny Wayne Pettry (2006) Building Social Skills through ACTIVITIES