

**Le jeu de cartes qui
rend heureux** 



Téléchargement gratuit

Comment te sens-tu maintenant ?

Quand as-tu ressenti une émotion désagréable ?
En as-tu parlé à quelqu'un ?

Quelle est la personne avec qui tu aimes le plus être ?
L'as-tu vu aujourd'hui ?

Décris une situation ou une pensée amusante récente.

As-tu pris quelqu'un dans tes bras aujourd'hui ?
Tu en as envie ?
Fais-le si possible !

Quelles activités te font oublier le temps ?
Sont-ce tes passions ?

As-tu fait ce que
tu aimes faire
aujourd'hui ?
Si oui, combien
de fois ?
Si non, essaye de
le faire avant la
fin de la journée.

Qui as-tu
aidé
aujourd'hui
?

Qui t'a aidé
aujourd'hui ?

Qu'est-ce que
tu attends avec
impatience
dans les
prochains jours
?

Tu as 5
minutes pour
bouger, que
fais-tu ? Vas-
y !

Que
fabriquerais-
tu ou
inventerais-
tu si tu étais
un génie ?

Peux-tu citer
quelque chose
que tu as
construit ou
réparé
récemment ?
Qu'as-tu
ressenti ?

Combien de
fois as-tu
respiré en
lisant cette
phrase ?

Souris 5
secondes dans
ta tête.

Ferme les yeux
et envoie une
pensée positive
à quelqu'un ici
ou ailleurs.

Pense à
quelqu'un qui a
une grande
confiance en lui
et imite-le pour
le faire deviner
aux autres.

Quel moment
de ta vie
ferais-tu
durer plus
longtemps si
tu en avais le
pouvoir ?

Cite trois choses
que tu sais
parfaitement
faire.

Cite trois
choses que
tu aimerais
apprendre à
faire.

Tu reviens du
futur, que
dirais-tu à ton
moi
d'aujourd'hui ?

Tu voyages
dans le passé,
que vas-tu dire
à ton moi plus
jeune ?

Que ferais-tu si
tu étais sûr de
ne pas échouer
?

Cite une
erreur que tu
as faite et ce
que tu as
appris de
cette erreur.

Un génie sort
d'une lampe,
quels sont les 3
voeux que tu
souhaiterais
qu'il réalise pour
toi ?

Il était une
fois...
(continue
l'histoire)

À qui aimerais-tu
ressembler ?

Imagine que
quelqu'un te dit
"Je crois en toi" .
Que ressens-tu ?

Cite une qualité
chez une
personne que tu
connais.

Décris le lieu
où tu te sens
le plus en
sécurité.
S'il n'existe
pas, invente-
le.

Quelles langues
aimerais-tu
savoir parler ?
Pourquoi ?

Quel animal
trouves-tu
le plus
mignon ?

Tu peux te
transformer en
oiseau. Où vas-
tu ?

Si tu étais un
arbre, quel
fruit
pousserait sur
toi ?

Raconte une
blague ou fais
ta pire grimace.

Quel est ton
plus grand
rêve ?

Si on t'offrait
des graines de
bonheur, avec
qui
souhaiterais-tu
les semer ?

Imagine que tu
peux jeter
n'importe quoi à
la poubelle
(objets, critiques,
complexes,...).
Que jetterais-tu ?

Quelle est la
plus grosse
surprise de ta
vie ?

Quelle
couleur aurait
la colère pour
toi ?
Et la joie ?

Qu'est-ce que
la gentillesse
pour toi ?

Quelle est la
musique que
tu préfères ?
Chantonne-la
pour la faire
deviner.

Comment
aimes-tu qu'on
t'appelle ?

Que ferais-tu si tu
étais invisible ?

Quel est ton
livre préféré ?
Tu nous
racontes ?

Imagine
quelqu'un que tu
connais avec un
nez rouge, un
pantalon
immense et une
voix de canard.

Décris une
journée idéale
pour toi.

Tu as réussi une
épreuve après
de gros efforts.
Montre-nous à
quel point tu es
heureux/heureu
se ?