

Je suis nul !

Qu'est-ce qui te fait dire ça ?
À quel moment t'es-tu senti nul ?

Est-ce toi qui penses cela ou quelqu'un qui t'a dit que tu étais nul ?

Tu es déçu de ton résultat ?
Que pourrais-tu faire pour l'améliorer ?

Que dirais-tu à un.e ami.e qui penserait qu'il/elle est nul.le ?

Tu es d'accord pour dire que tu n'es pas un bocal sur lequel on colle une étiquette comme "nul", "intelligent" "moche" ?

Que penses-tu de toi aujourd'hui ?
As-tu changé depuis ta naissance ?
Sauras-tu plus de choses quand tu seras plus grand ?

Qu'aurais-tu pu répondre à cette personne ?
Que vas-tu lui répondre la prochaine fois ?

Le jugement de cette personne est-il important pour toi ?
Tu es d'accord pour la laisser penser ce qu'elle veut ?

Remplace NUL par LUNE ou BABAYAGA .
Que ressens-tu ?
À chaque fois qu'on te dit un mot blessant, transforme-le dans ta tête pour le rendre amusant.

Peux-tu me raconter une expérience au cours de laquelle tu t'es senti nul ?
As-tu réussi finalement ?
Est-ce utile de se juger soi-même ?

La personne qui juge se juge elle-même.
Quelqu'un qui dit "tu es nul", te regarde uniquement avec ses yeux et ses propres croyances.
Peut-être se sent-il "nul" ?

Quelle phrase est correcte selon toi ?
"Je suis moi et je suis aimé pour qui je suis."
"Je suis nul"