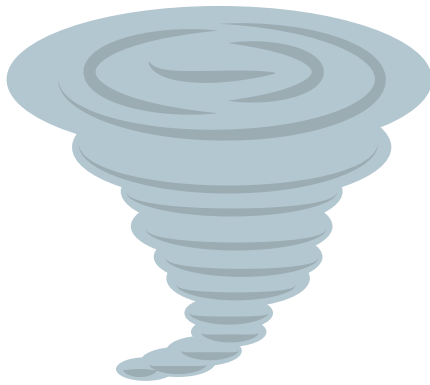






Suggestions de verbalisation :

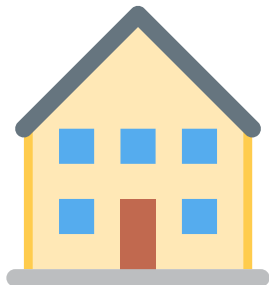
- peur
- colère
- tristesse
- inquiétude
- énervement
- joie
- honte
- ...

Parler de ma tristesse



Pleurer

Me sentir en sécurité



Avoir confiance

Être réconforté



Me sentir aimé

Refléter une émotion



M'accepter comme je
suis

Parler



Être écouté

Recevoir de la
chaleur



Me réchauffer

M'amuser



Me sentir protégé

M'apaiser



Rêver

Grandir



Apprendre

Rire



partager

Me sentir utile



Réparer

