

40 questions/défis pour développer l'estime de soi des adolescents

Papapositive⁺



#lesfourmisempathiques



Si tu étais
un objet, tu
serais quoi ?

Un génie
exaucer un de
tes voeux.
Lequel ?

Cite une de
tes
réussites

Quelle
personne
admires-tu ?
Pourquoi ?

Qu'est-ce qui
te fait peur et
que tu fais
quand même ?

Quelle est la
plus grande
joie de ta vie ?

Ton moi du
futur te rend
visite.
Que lui
demandes-tu ?

Tu viens d'avoir
une idée qui va
révolutionner le
monde. Quelle
est-elle ?

Quelle est ta
couleur
préférée ?
En as-tu sur
toi ?

Fredonne
une chanson
et fais-la
deviner.

Si tu avais
une journée
libre.
Que ferais-
tu ?

Qui as-tu
aidé
récemment ?
Comment ?

Qu'aimerais-tu apprendre à faire ?

Décris l'endroit où tu souhaiterais vivre plus tard

Explique comment tu apaises ta colère ?
Comment ta colère t'aide-t-elle ?

Qu'est-ce qui te motive dans la vie ?

Vivrais-tu
avec moi ?

Quel est ton
plat préféré ?
Sais-tu le
cuisiner ?

Cite un de
tes talents

Raconte une
de tes
erreurs et
ce que tu en
as appris

Qu'est-ce que
tu détestes le
plus ?

Quel métier
voudrais-tu
exercer plus
tard ?

Tu as un
super-
pouvoir.
Lequel ?

Peux-tu citer
une peur que
tu avais mais
que tu n'as
plus

Raconte une blague ou une anecdote amusante

Quelle langue aimerais-tu parler parfaitement ?

Invente une danse de la victoire

Quel livre préfères-tu ? Pourquoi ?

Quel âge
voudrais-
tu avoir ?

Tu as le pouvoir
de te téléporter
tout-de-suite.
Où vas-tu ?

Montre comment
tu dis “non”
quand on te
propose quelque
chose que tu
n'aimes pas

Quelle est
l'étiquette que
tu portes et
que tu veux
jeter

Pour toi, la
liberté
c'est...

Que fais-tu
quand tu te
sens triste ?

Cite un
travail que tu
as réalisé en
équipe

Quel mantra
pourrais-tu
inventer pour
te donner de
la confiance ?

Si tu étais à la tête d'un pays,
que ferais-tu ?
Qui embaucherais-tu pour t'aider ?

Quelle activité fais-tu pendant des heures sans te rendre compte du temps qui passe ?

Si ton/ta meilleur.e ami.e disait "je suis nul.le", que lui dirais-tu ?

Comment prends-tu soin de toi ?