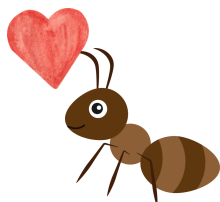


40 questions/défis pour développer l'estime de soi des adolescents

Papapositive⁺



#lesfourmisempathiques



Si tu étais
un objet, tu
serais quoi ?

Un génie
exauce un de
tes vœux.
Lequel ?

Cite une de tes réussites

Quelle
personne
admires-tu ?
Pourquoi ?

Papapostive⁺

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 ?

Papapostitive⁺

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 ?

Papapostitive⁺

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 ?

Papaposition+

Vivrais-tu
avec toi ?

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

Papapostitive+

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

Papapostitive⁺

Raconte une
blague ou une
anecdote
amusante

Quelle langue
aimerais-tu
parler
parfaitement ?

Invente une
danse de la
victoire

Quel livre
préfères-
tu ?
Pourquoi ?

Papapapostive⁺

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 ?

Papapostitive+

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 ?

Papapostive⁺