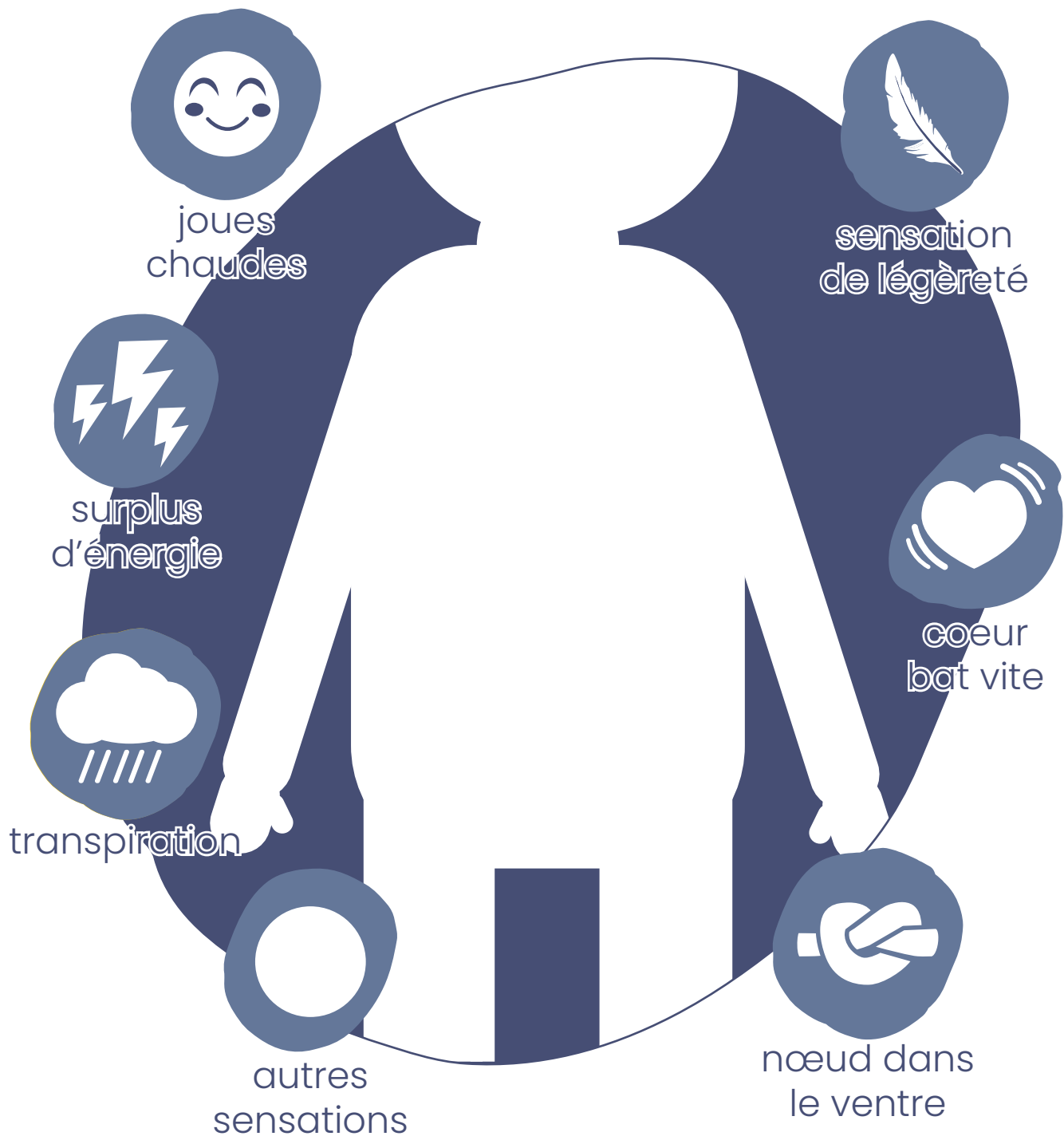
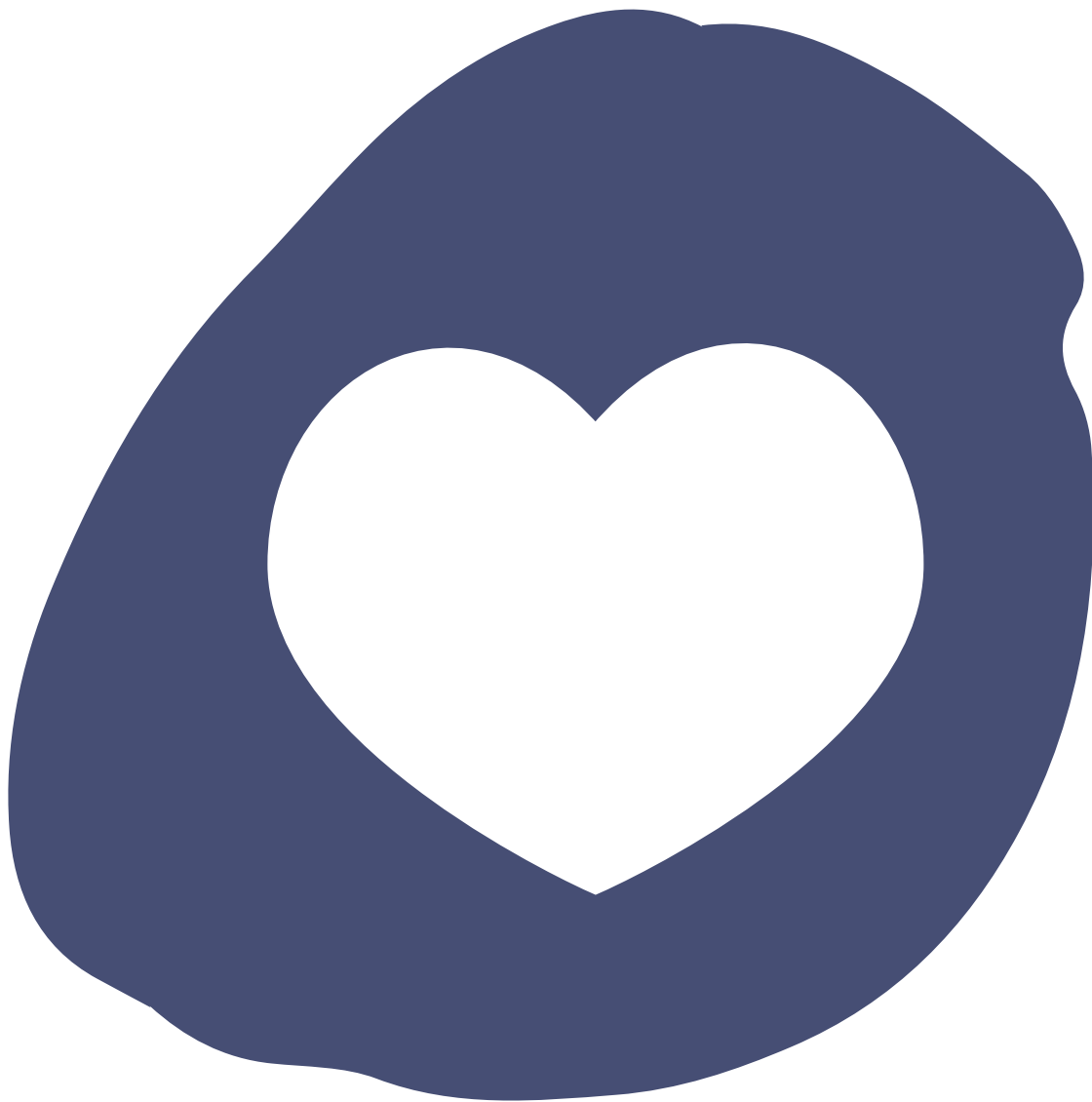


Dans mon corps, je sens...



SENSATIONS

Dans mon cœur,
je me sens ...



joie

tristesse

colère

peur

RESSENTIS ET ÉMOTIONS

Dans ma tête, je me dis ...

- *Je pense que...*
- *Je crois que...*
- *C'est parce que...*
- *Pensées qui m'aident*
- *Pensées qui me nuisent*

PENSÉES