

Je me  
sens...

J'ai besoin de...

Je me  
sens...

triste

réconfort

pleurer

écoute

câlin

être compris

J'ai besoin de...

Je me  
sens...

en colère

décharger  
ma colère

espace

respect

choisir

justice

J'ai besoin de...

Je me  
sens...

effrayé

protection

sécurité

aide

chaleur

présence

J'ai besoin de...

Je me  
sens...

honteux

amitié

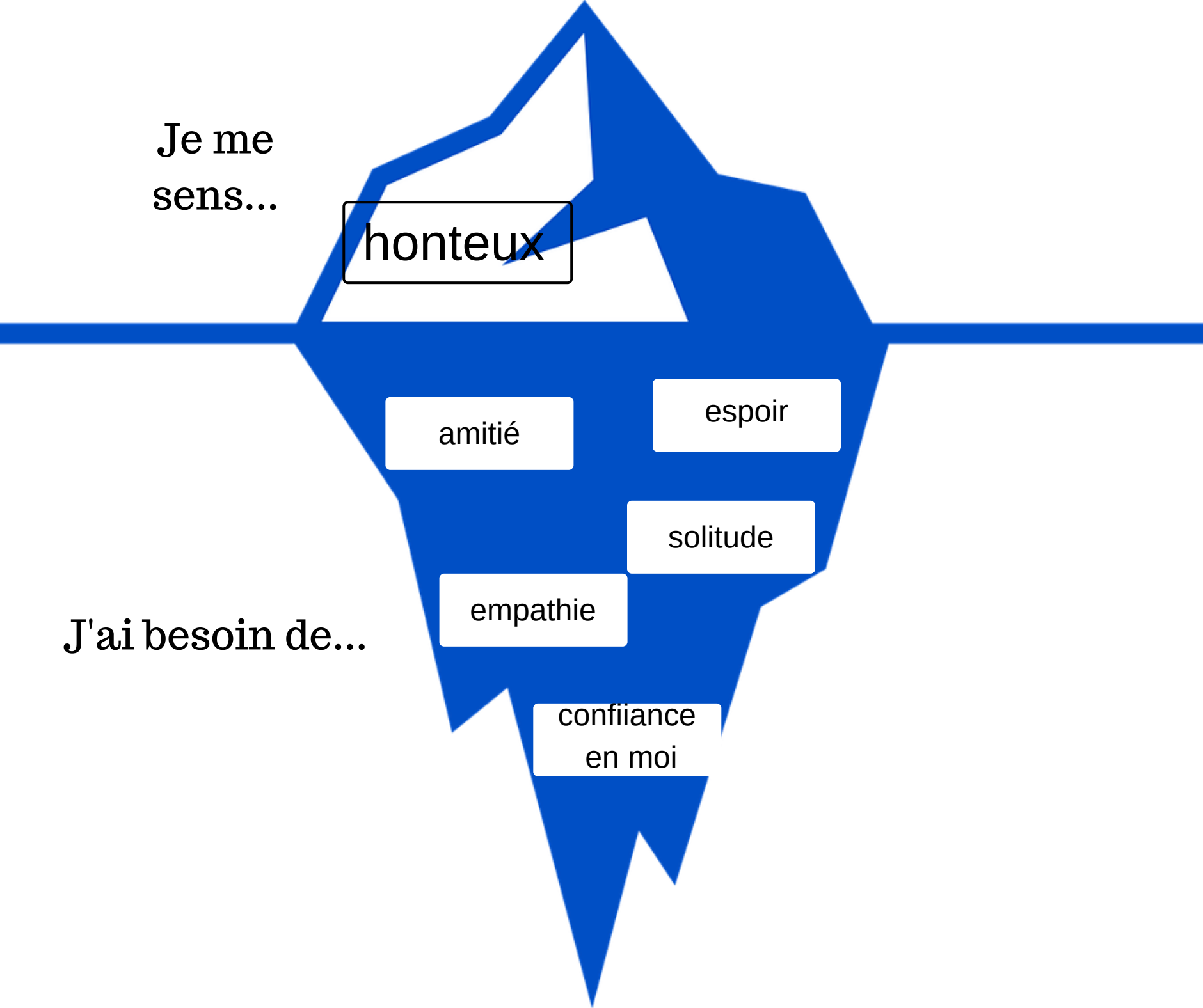
espoir

solitude

empathie

confiance  
en moi

J'ai besoin de...



Je me  
sens...

gai

partager

fêter

être en lien

m'exprimer

célébrer

J'ai besoin de...

