

Cartes "Emotions", d'après le jeu "Des Récits et des Vies" enfants/ados (6-18 ans) édité par la MGEN

Thématique 6 à 10 ans

Ce qui m'intimide...
Je suis impatient de...
Les autres m'énervent quand...
J'aimerais que...
Ce qui me met en colère...
Les petits bonheurs de ces derniers jours...
Ce qui m'humilie...
Ce qui me donne confiance...
Offre un sourire autour de toi...
Je n'ose pas...
Je ressens de la joie quand...
Je ressens de la honte quand...
Je ressens de la tristesse quand...
Je suis fier(e) de...
Le regard des autres me...
Les paroles des autres qui me touchent...
Ce qui m'émerveille...
Adresse un compliment à ceux qui t'entourent...
Ce qui me fait rire...

Ce qui me fait plaisir...
Ce qui me fait peur...
Je me sens paisible quand...
J'aimerais te/vous dire...
J'éprouve de la culpabilité au sujet de ...
J'éprouve de la gratitude envers...
Le silence me...
Je me sens seul(e) quand...
Ce qui est difficile pour moi...
J'envie...
J'aimerais te/vous demander...
Je me sens fragile quand...
Ce qui me rassure...
Je me sens sur un petit nuage quand...
Ce qui me rend triste...
L'amour c'est...
Ce qui m'enthousiasme...
Merci pour...
Ce qui me décourage...

Thématique 11 à 18 ans

Ce qui m'émerveille...
Les qualités que j'aimerais avoir...
J'éprouve de la gratitude envers...
Je me sens paisible quand...
Le moment de la journée le plus agréable...
Les autres m'énervent quand...
Ce qui me fait plaisir...
L'amour c'est...
Ce qui me rassure...
J'aimerais te/vous dire...
Ce qui me fait rire...
Je suis fier(e) de...
Ce qui me fait de la peine...
Ce qui me blesse...
J'oublie tout quand...
Les émotions me...
Ce qui me bouleverse...
Le regard des autres me...
Ce qui me donne de la force...
J'aimerais que...
Ce qui m'intimide...
Ce qui m'apporte du bien-être...
J'éprouve de la culpabilité au sujet de...
Je n'ose pas...
Je me sens sur un petit nuage quand...
Je suis impatient(e) de...

Ce qui me fait peur...
Le silence me...
Si j'étais ailleurs...
Offre un sourire autour de toi...
Ce qui me met en colère...
Adresse un compliment à ceux qui t'entourent...
Ce qui me pèse...
Quand je m'endors...

Ce qui me réconforte...
Ce qui me touche...
Ce qui me laisse sans voix...
J'aimerais te/vous demander...
Un sourire se dessine sur mes lèvres quand...
Ce que j'appréhende...

Ce qui me dépasse...
J'envie...
Les belles surprises...
Je me sens fragile quand...
Quand je pense à l'avenir...
Ce qui me décourage...
Merci pour...
Ce qui me met de bonne humeur...
Ce qui me déboussole...
Quand je me réveille...

Quand un proche est avec moi...
Ce qui me stimule...
Les personnes que j'admire...
Ce qui m'enthousiasme...
La solitude me...
L'insouciance...
Ce qui m'attriste...

Ce qui me réjouit...
Les petits bonheurs de ces derniers jours...
Les paroles des autres qui me touchent...
J'ai les larmes aux yeux quand...
Je ressens de la honte quand...
Ce qui m'humilie...
Le moment le plus difficile de la journée...