



....

Je pars



C'est la faute de...

J'accuse



Je peux le faire

Je porte tout



Juste au cas ou..

Je suis en alerte



Je ne te laisse pas me voir

Je me cache



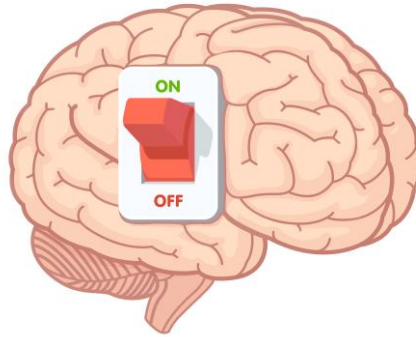
Et si....

Je m'inquiète



Je me bats

Je suis fort(e)



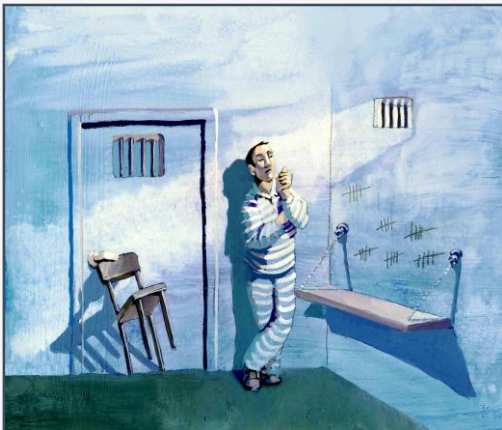
Je ne peux pas

Je me déconnecte



Je dois m'adapter

Je rationalise



Il n'y a pas d'issue

Je ferme les portes



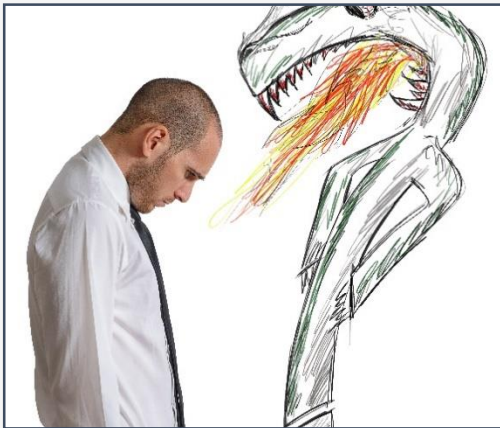
Je ne souhaite pas changer

Je m'accroche au mal connu



Je vis sur ma planète

Je suis dans les nuages



Je ne veux pas conflit

Je me sou mets



Seul(e) je ne peux pas

Je m'accroche aux autres



Je ne peux me montrer

J'enferme mes sentiments



N'approche pas

Je ne te laisserai pas entrer



Si tu m'ordonnes, je ne fais pas

Je résiste



N'ouvre pas cette boîte

Je ne veux pas me souvenir



Je suis convaincu(e)

J'ai raison



Les gens sont mauvais

Je suis supérieur (e)



Personne ne fait les choses

Je suis indispensable



Pour tout ce qui est arrivé

Ils me doivent



Rien ne m'arrêtera

Je peux tout



Tout va mal

Je me plains



Rien ne se passe

J'anésthésie mes émotions



Je devrais...

J'exige de moi-même



Je ne peux ressentir cela

Je contrôle mes ressentis



Je ne veux pas regarder

J'évite



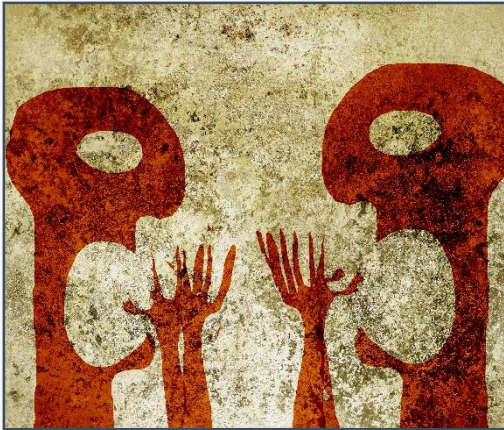
Même s'ils ne le reconnaissent pas

Je suis le/la meilleur(e)



Je souffre énormément

Je m'anésthésie



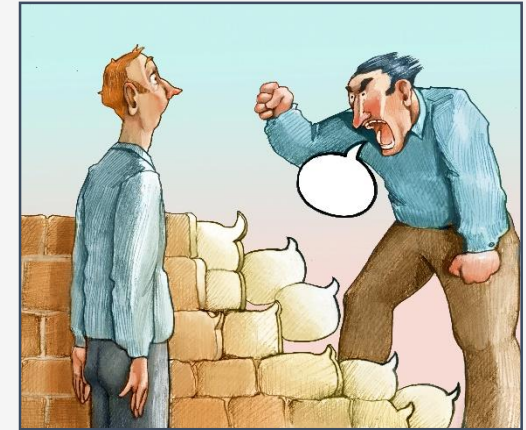
Je ne supporte pas l'injustice

Je mène toutes les batailles



Je ne veux pas sortir dans le monde

Je m'enferme



Au minimum

J'attaque



J'arrête

Je laisse tomber



C'est ce que je sais faire

Je prends soin



Qui souhaites tu être ?

Je prétends



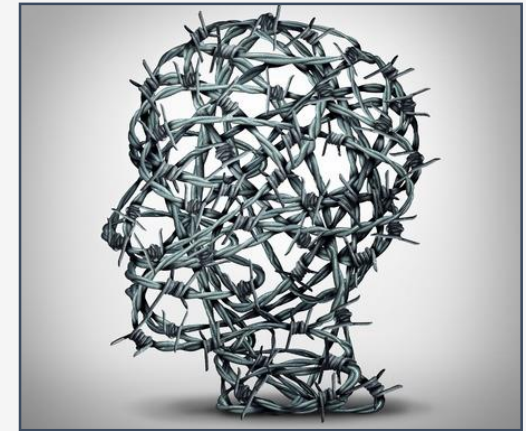
Je tourne en rond

Je me dévalorise



Je ne serai pas un perdant

Je domine



Si tu fais confiance, tu seras déçu(e)

Je ne fais pas confiance



Les tiens, ceux des autres...

Je me compare



Je perds le contrôle

Mes émotions débordent



Ils sont meilleurs

J'idéalise

Ces outils ont été créés d'après les livres :

