

La bulle de sérénité (ma respiration,
les musiques qui m'apaisent, les photos
qui me font me sentir bien, ...)

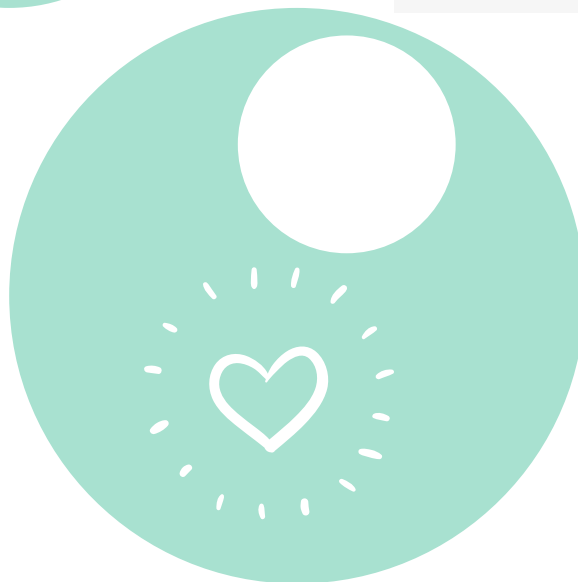


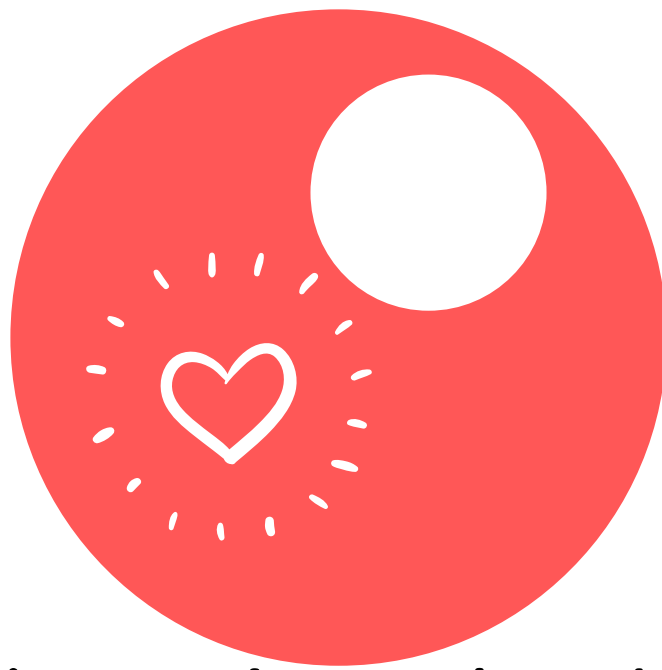
La bulle de confiance (ce que j'ai appris,
ce que j'ai réussi, ce dont je suis fier, les
personnes qui m'encouragent,...)

La bulle de protection (un lieu
imaginaire refuge où je me sens en
sécurité, les personnes avec qui je me
sens bien,...)

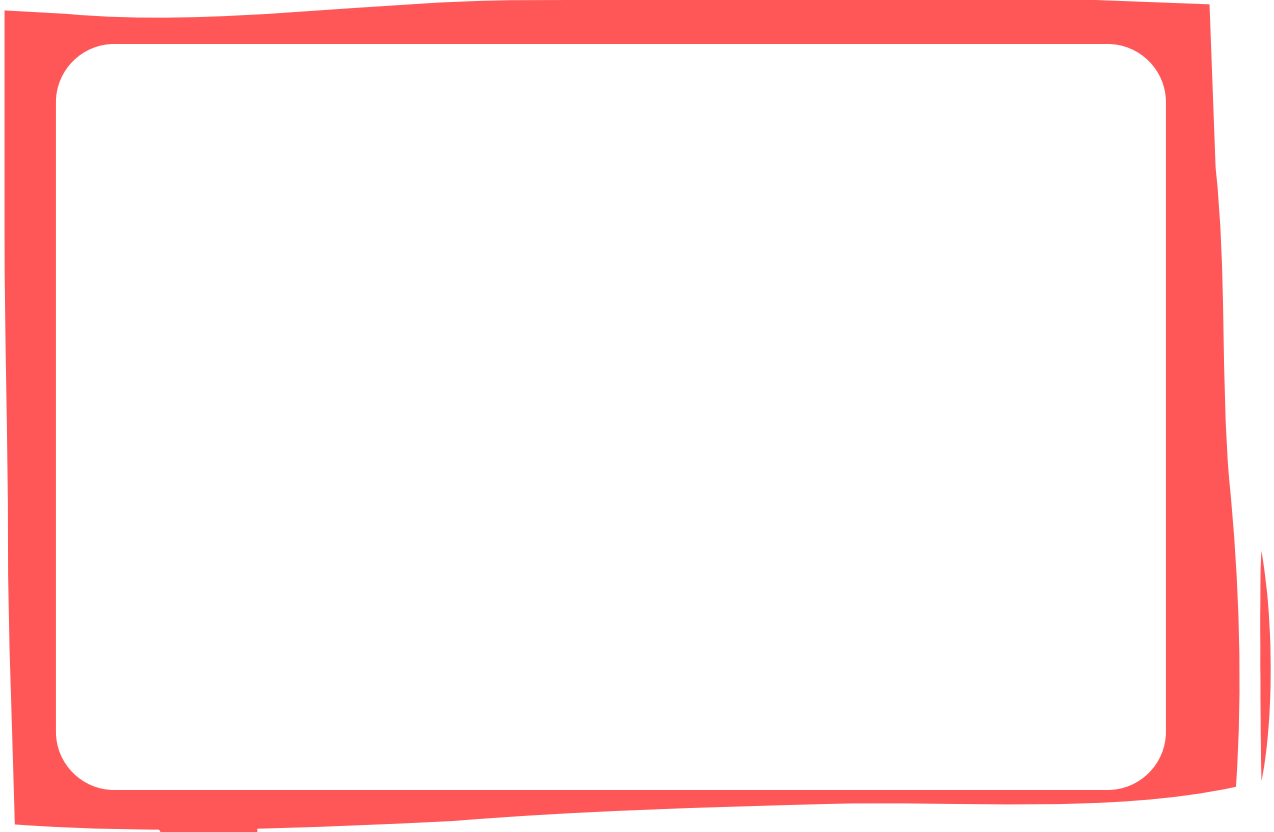


La bulle d'amour (les personnes, les
animaux, les objets que j'aime,...)





Dessine ou décris ce que tu veux placer dans ta bulle d'amour





Dessine ou décris ce que tu veux placer dans ta bulle de protection





Dessine ou décris ce que tu veux placer dans ta bulle de sérénité





Dessine ou décris ce que tu veux placer dans ta bulle de confiance

A large, empty rectangular box with a thick green border and rounded corners, intended for drawing or writing.