

Mon coffre aux trésors IV

L'inventaire de mes réussites et de mes succès : apprendre à *m'apprécier*

Identifie le maximum de réussites et de succès tout au long de ta vie. Ainsi, dans les moments difficiles, tu pourras sortir cette liste, la réciter à voix haute ou dans ta tête afin de reconnaître le potentiel que tu as en toi-même.

1. J'ai appris à parler / à marcher / à être autonome au plan financier, etc.
2. J'ai obtenu mon diplôme d'études primaires / secondaires / collégiales / universitaires.
3. J'occupe un emploi / je suis aux études / je fais du bénévolat, etc.
4. J'ai fait une présentation à l'école ou au travail de laquelle je peux être fière/fier.
5. _____.
6. _____.
7. _____.
8. _____.
9. _____.
10. _____.
11. _____.
12. _____.
13. _____.
14. _____.
15. _____.
16. _____.
17. _____.
18. _____.
19. _____.
20. _____.

