

# MES 3 ÉMOTIONS PRINCIPALES



Quelles sont les 3 émotions que vous ressentez le plus souvent dans votre vie quotidienne ?  
Pourquoi les ressentez-vous ?

1.

2.

3.



# MES 3 ÉMOTIONS PRINCIPALES



Quelles sont les 3 émotions que vous voudriez ressentir  
régulièrement dans votre vie .  
Quelles sont les pensées qui peuvent créer ces émotions ?

1.

2.

3.

