

Offre des
"Merci"
autour de la
table

Dessine un
talisman de la
confiance

Cite 3 choses
que tu sais
faire

Imite un
gorille

Chante une
chanson qui
te donne
confiance

Ferme les yeux
et reçois des
mots positifs des
autres joueurs

Les yeux bandés,
laisse-toi guider
dans la pièce par
un joueur de ton
choix

Fais comme si
tu avais
remporté une
grande
victoire

Choisis un
mantra et
garde-le sur
toi

Conseille
quelqu'un qui
n'a pas
confiance en
lui

Serre dans
tes bras une
ou deux
personnes

Dessine un
arbre
puissant et
majestueux

Ecris une
inquiétude sur
une feuille et
déchire-la



papapositive.fr

Cite une
qualité chez
ton voisin de
droite

Fais deviner
ton héros
préférés en
l'imitant

Mime une
émotion et
fais-la
deviner

Je fais de mon
mieux à chaque
instant.

Je suis plus
fort que ce que
je crois.

J'ai le droit
d'échouer et de
recommencer

Cartes Mantras à découper

J'avance à mon
rythme

Tout est
expérience

J'apprends
chaque jour