



Cycle :

La féminité atypique

Fiche N° 1 : Explorer ta féminité intérieure

Ce que tu peux reconnaître chez toi :

- * Tu fonctionnes depuis ton monde intérieur, même quand tu joues le jeu de l'extérieur.
- * Tu sens que les modèles féminins classiques ne te correspondent pas.
- * Tu t'es longtemps adaptée pour ne pas déranger.

Dans ton carnet :

Démarre une nouvelle section : la féminité atypique.

Commence par créer une page sur laquelle tu écris au centre «ma féminité» puis, tout autour, note ou dessine tout ce que cela évoque pour toi.

Sur la page suivante, liste trois moments où tu as senti que ta manière d'être femme n'était pas «standard». Ne cherche pas à adoucir, constate simplement.

Question introspective

Qu'est-ce que tu refuses encore de reconnaître dans ta féminité intérieure ?