

A delicate pink rose with a few leaves, rendered in a sketchy, artistic style, set against a soft pink background with subtle floral patterns.

Cycle :

La féminité atypique

Fiche N° 4 : Assumer ma féminité atypique

Comment te vois-tu ?

Inscris ton prénom au milieu d'une page de ton carnet et note à gauche tout ce qu'on dit de toi et de ta féminité et à droite, tout ce que tu penses de toi et de ta féminité.

Cela peut être des caractéristiques, des qualités, des «défauts», des traits de caractère, ton style vestimentaire, etc...

Note tout ce qui te passe par l'esprit puis laisse cela de côté quelques heures, ou quelques jours. Ensuite, reviens sur ce que tu as écrit.

Est-ce que tout te semble vrai ?

Barre ce qui sonne faux pour toi et entoure ce qui te correspond vraiment.

Qu'est-ce qui en ressort ?

Tu peux recommencer sur une page suivante en ne gardant que ce qui te correspond vraiment.