

---

Pourquoi j'ai mal à savoir qui je suis?  
La composition de mon « je »

**Mon corps...** Décris tes traits physiques (grandeur, couleur de tes yeux, de tes cheveux, etc.)

---

---

---

Qu'est-ce que tu fais pour te mettre en valeur (te rendre beau ou belle)?

---

---

**Mon esprit** (ma personnalité)... Quelles personnes ou quelles expériences ont eu un impact, petit ou grand, sur ta vie au cours des six derniers mois?

---

---

---

---

**Mon histoire...** Énumère les événements marquants de ton histoire (où et quand tu es né; où tu as passé les premières années de ta vie; les déménagements de ta famille; un ou des deuils que tu as vécus, etc.)

---

---

---

---

---

---

« Votre « je » est un jeu en perpétuelle construction. Il est difficile de voir clair dans un « je » qui bouge autant. Et cela durera tant que votre esprit restera ouvert à ce qui l'entoure : nouvelles idées, nouvelles passions, nouvelles rencontres, nouveaux projets. Un nouveau « je » se construit chaque jour. Il faut vivre avec cet étranger qui est en vous » (David Pouilloux, Les pourquoi des ados). Est-ce que le concept du « je » en évolution constante te rassure ou te fait peur? Explique ta réaction aux affirmations de M. Pouilloux.

---

---

---

---