



10

questions inspirantes tirées du livre

Made Out of Stars

de Meera Lee Patel

- Quelle était la dernière fois que tu as expérimenté quelque chose de nouveau ?
- Quelles sont les 3 choses que tu as toujours rêvé d'expérimenter ?
- Qu'est-ce qui t'empêche de les explorer ?
- Décris 3 choses qui t'effraient. Comment peux-tu surmonter ces peurs ?
(Peur : ____ Action : ____)
- Liste 10 choses pour lesquelles tu es reconnaissant·e
- Décris la façon dont tu t'es amélioré·e ces 12 derniers mois
- Liste 5 leçons importantes que tu as apprises ces 12 derniers mois
- Quel est l'objectif principal que tu t'es fixé pour l'année à venir ?
- Quelles sont tes peurs actuelles ?
- Que peux-tu mettre en place pour contrer ces peurs ?