

CHANGEMENTS DANS TA TÊTE

TES ÉMOTIONS

Ton corps grandit, ton cerveau aussi. D'anciennes connexions se défont et de nouvelles connexions se font. Ton corps produit des hormones qui peuvent provoquer des sautes d'humeur ou le passage très rapide d'une émotion extrême à une autre. D'une seconde à l'autre, tu peux passer du rire aux larmes sans qu'il y ait forcément une raison. Il se peut que tu te sentes très amoureuse d'une personne mais que tes sentiments changent brusquement. Ces changements soudains d'émotion ne sont pas toujours faciles à vivre. Pour la plupart des gens, cette situation ne dure pas éternellement. Identifier et gérer ses émotions, ce n'est pas évident, ça s'apprend tout au long de la vie.

6H



9H



12H



16H



17H

