



Bonjour,

J'ai beaucoup pensé ces derniers temps au fait que tu me dis toujours que je peux venir te voir si j'ai des difficultés. Le problème, c'est que je ne sais pas toujours comment expliquer ce que je ressens. Mais je ressens beaucoup de choses et je traverse une période difficile.

Parfois, l'école me stresse beaucoup et j'ai du mal à trouver du temps pour tout et pour tout le monde. Parfois, cela me donne envie de m'évader ou de regarder des vidéos drôles jusqu'à ce que je me sente mieux.

Parfois, cela me permet de me concentrer sur ce que j'ai à faire.

Parfois, je me pose des questions sur qui je suis, si les gens m'aiment vraiment et si je me sentirai un jour bien dans ma peau.

Parfois, je m'inquiète beaucoup pour l'avenir, car je ne sais pas vraiment ce que je veux faire ni où je veux être.

D'autres fois, je suis très enthousiaste à l'idée de toutes les choses que je ferai quand je serai plus âgé(e) et que je vivrai seul(e). Je pense à partir loin, là où je pourrai être qui je veux. Mais en même temps, j'ai très peur de quitter la maison, de dire au revoir à mes amis et d'être seul(e).

Parfois, je me sens fatigué(e) et j'ai juste envie de dormir. D'autres fois, j'ai tellement d'énergie que je ne sais pas quoi en faire.

Parfois, je me demande si tu es fier(e) de moi et ce qui se passera si je fais des bêtises ou si je ne deviens pas ce que tu attends de moi.

Mais la plupart du temps, ça va bien. Et je pense que tout ira bien. Ça m'aide beaucoup de savoir que tu es là pour moi. Et même si je ne le montre pas, j'apprécie que tu prennes de mes nouvelles ou que tu me demandes comment je vais. Je sais que tu fais de ton mieux pour moi.

Je ne suis pas toujours très doué(e) pour le dire, mais je te remercie.

Je t'aime, moi