

**UNE PERSONNE SUR CINQ
SERAIT HYPERSENSIBLE...**



**... NOUS NE LE DEVENONS PAS,
NOUS NAISSONS HYPERSENSIBLES...**



... NOUS RESSENTONS TOUT PLUS FORT
ET NOUS FONCTIONNONS ESSENTIELLEMENT
AVEC NOTRE HÉMISPHERE DROIT...

...
CRÉATIVITÉ

NE VA
PAS SI VITE !

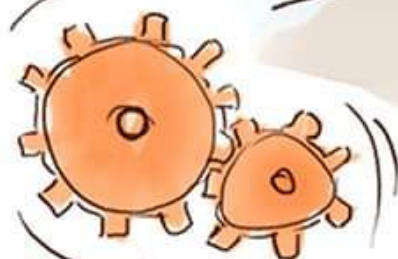
INTUITION

ROLL ROLL ROLL

GRMMBL

ASSOCIATION
D'IMAGES,
D'IDÉES

IMAGINATION



NOTRE ACTIVITÉ CÉRÉBRALE EST SI ACTIVE
QUE NOUS POUVONS DÉVELOPPER JUSQU'À
50% DE PLUS DE CONNEXIONS NEURONALES.

... PETIT, ON OBSERVE BEAUCOUP, PUIS ON
SE SENT DIFFÉRENT, BIZARRE, SANS TROP
SAVOIR POURQUOI...

... LES AUTRES NOUS RENVOIENT L'IMAGE
D'UN ENFANT...



DANS SA BULLE...

QUI A DU MAL
À S'INTÉGRER

... ON GRANDIT EN PENSANT ÊTRE FRAGILE,
ON AIMERAIT PENSER MOINS, ÊTRE COMME
LES AUTRES, FAIRE MOINS ATTENTION
AUX DÉTAILS ET ON ESSAYE D'ÊTRE
DIFFÉRENT...



... MAIS ALLER CONTRE SA NATURE,
C'EST REJETER SA PROPRE PERSONNALITÉ



... ET ON PENSE QUE
QUELQUE CHOSE NE VA PAS CHEZ NOUS...

EN DEVENANT ADULTE, ON COMPREND
QU'ON NE FONCTIONNE PAS COMME
LES AUTRES.

TU PRENDS LES CHOSES
TROP À CŒUR

PRENDS DU RECUL !

T'ES TROP GENTIL !

T'ES TROP PERFECTIONNISTE

... ET ON APPREND À S'ADAPTER
EN ÉTOUFFANT SA PERSONNALITÉ,
EN CHERCHANT À PLAIRE AUX AUTRES,
... EN RENTRANT DANS UNE CASE...



... ON S'EFFORCE DE NE PAS DÉRANGER...
CAR LE MOINDRE REPROCHE NOUS DÉSTABILISE

**... NOS ÉMOTIONS TRÈS DÉVELOPPÉES
NOUS FONT SURRÉAGIR**



**... NOUS METTONS LONGTEMPS À PRENDRE
DES DÉCISIONS SIMPLES CAR NOUS
ANALYSONS BEAUCOUP.**



**NOTRE HYPER-EMPATHIE NOUS SUBMERGE
SOUVENT DES ÉMOTIONS DES AUTRES...**



**... ET NOUS REND FACILEMENT VICTIME
DE MANIPULATION**

NOUS AIMONS... LES BALADES EN FORÊT...



RESTER SEUL DE LONGS MOMENTS
POUR RÉFLÉCHIR SUR SOI ET SE RESSOURCER



PRATIQUER UN SPORT, UNE ACTIVITÉ
INDIVIDUELLE ET CRÉATIVE

NOUS AVONS BESOIN D'EXPRIMER NOTRE
CRÉATIVITÉ



NOUS NE SUPPORTONS PAS...

LES BRUITS RÉPÉTITIFS



LES SOIRÉES ANIMÉES ET BRUYANTES !!

(MÊME SI NOUS NOUS AMUSONS, NOUS AVONS BESOIN DE NOUS ISOLER PAR MOMENT POUR NOUS RESSOURCER)



LES FILMS D'HORREUR

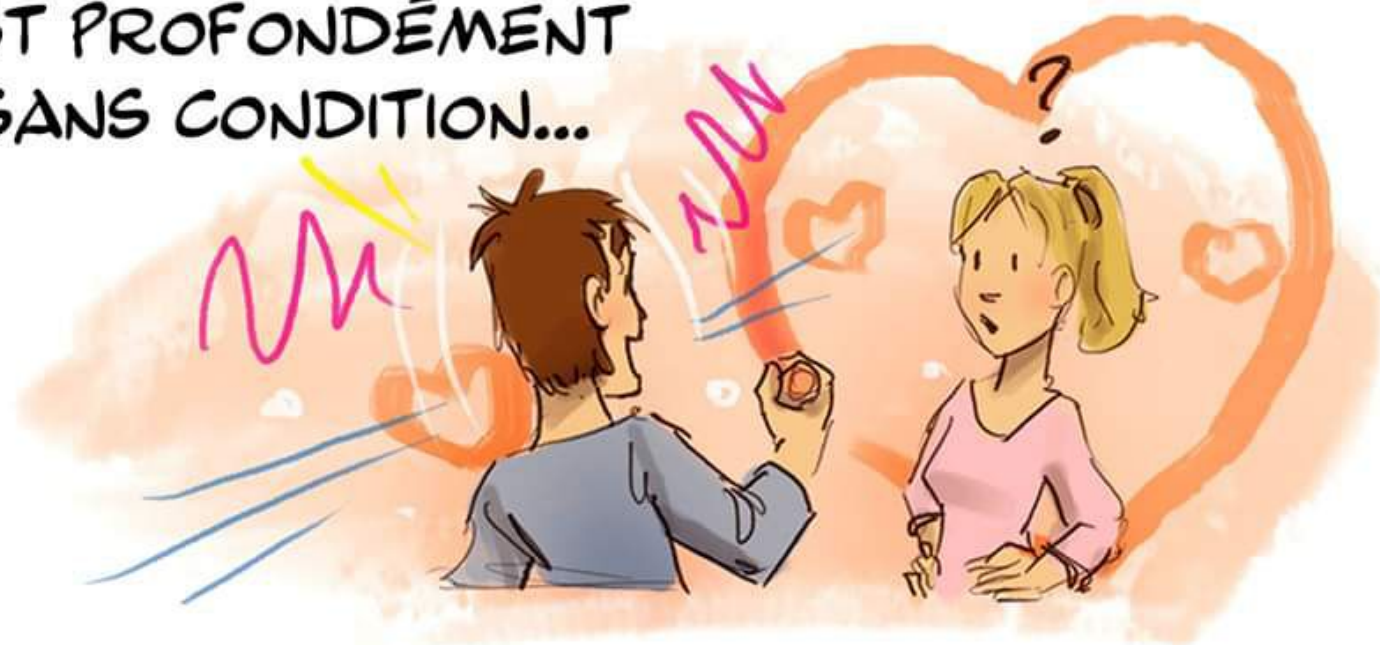


LES CONFLITS

LA COMPÉTITION



LORSQUE NOUS AIMONS,
C'EST PROFONDÉMENT
ET SANS CONDITION...



... IL N'EST PAS RARE DE DÉVELOPPER PARFOIS
UNE DÉPENDANCE AFFECTIVE (JALOUSIE,
BESOIN DE CONTRÔLE, IMPOSSIBILITÉ
D'AVANCER SANS L'AUTRE...)



LA NOTION DE NE PLUS AIMER
QUELQU'UN EST DIFFICILE À CONCEVOIR

ACCEPTER SON HYPERSENSIBILITÉ,
C'EST AUSSI ACCEPTER SES LIMITES.
C'EST INTÉGRER LE FAIT QUE NOS BESOINS
PUISSENT ÊTRE DIFFÉRENTS DES AUTRES.



... MAIS C'EST ÉGALEMENT DÉBRIDER
SA CREATIVITÉ ET NE PLUS AVOIR PEUR
DE DÉRANGER !

ON NE "GUÉRIT" PAS
DE SON HYPERSENSIBILITÉ ! ☺
ON APPREND À VIVRE AVEC.

ELLE PEUT ÊTRE UN CATALYSEUR
POUR ACCOMPLIR DE GRANDS PROJETS !

... BEAUCOUP D'ACTEURS, D'ARTISTES,
DE CÉLÉBRITÉS SONT HYPERSENSIBLES :
JOHNNY DEPP, EMMA WATSON, BARACK OBAMA,
MARK ZUCKERBERG, BILL GATES, ANGELINA JOLIE,
J. K ROWLING, ELON MUSK, LEONARDO DICAPRIO
ALBERT EINSTEIN...