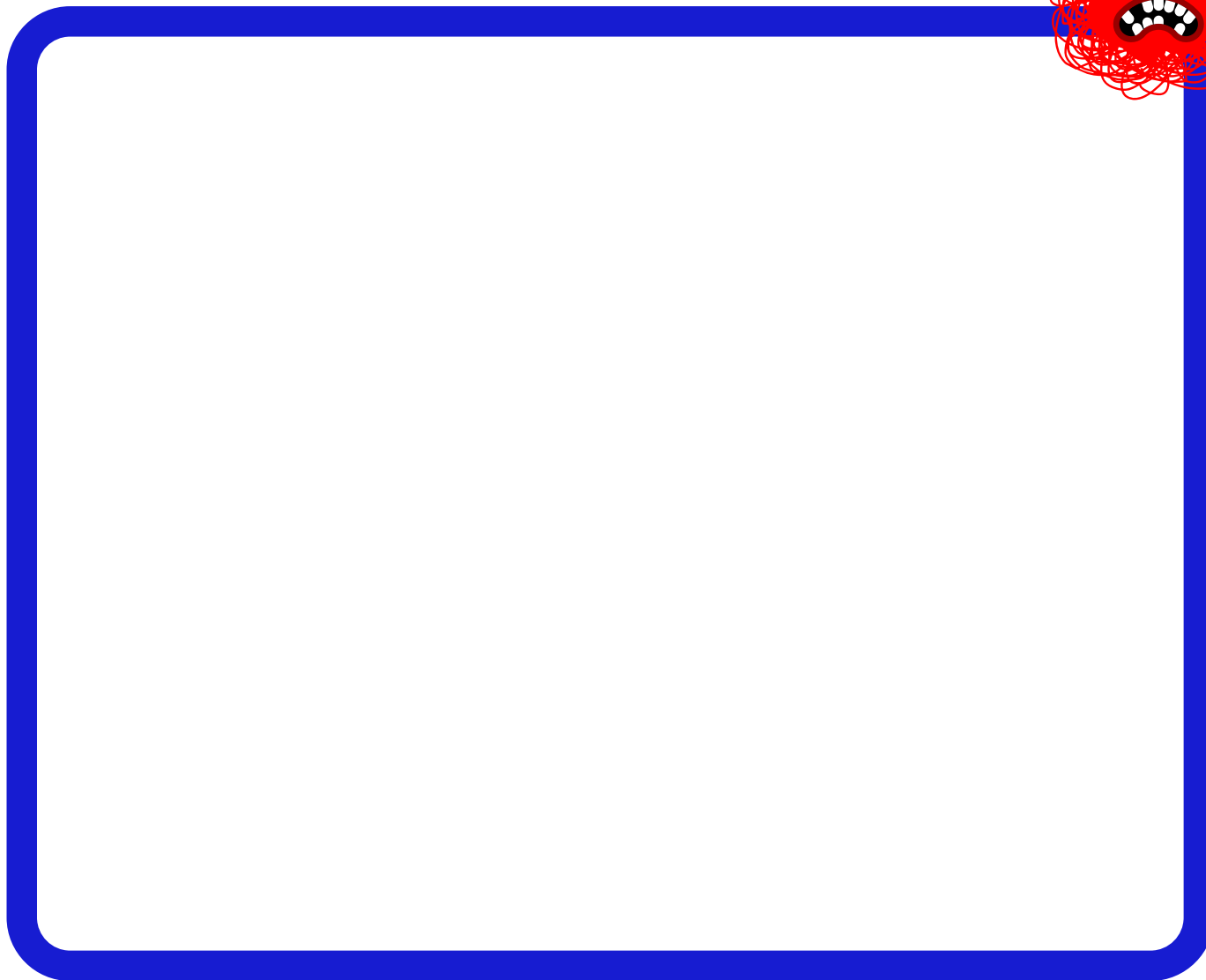
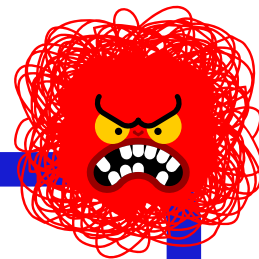


# **10 TECHNIQUES POUR CALMER LA COLÈRE DES ENFANTS**

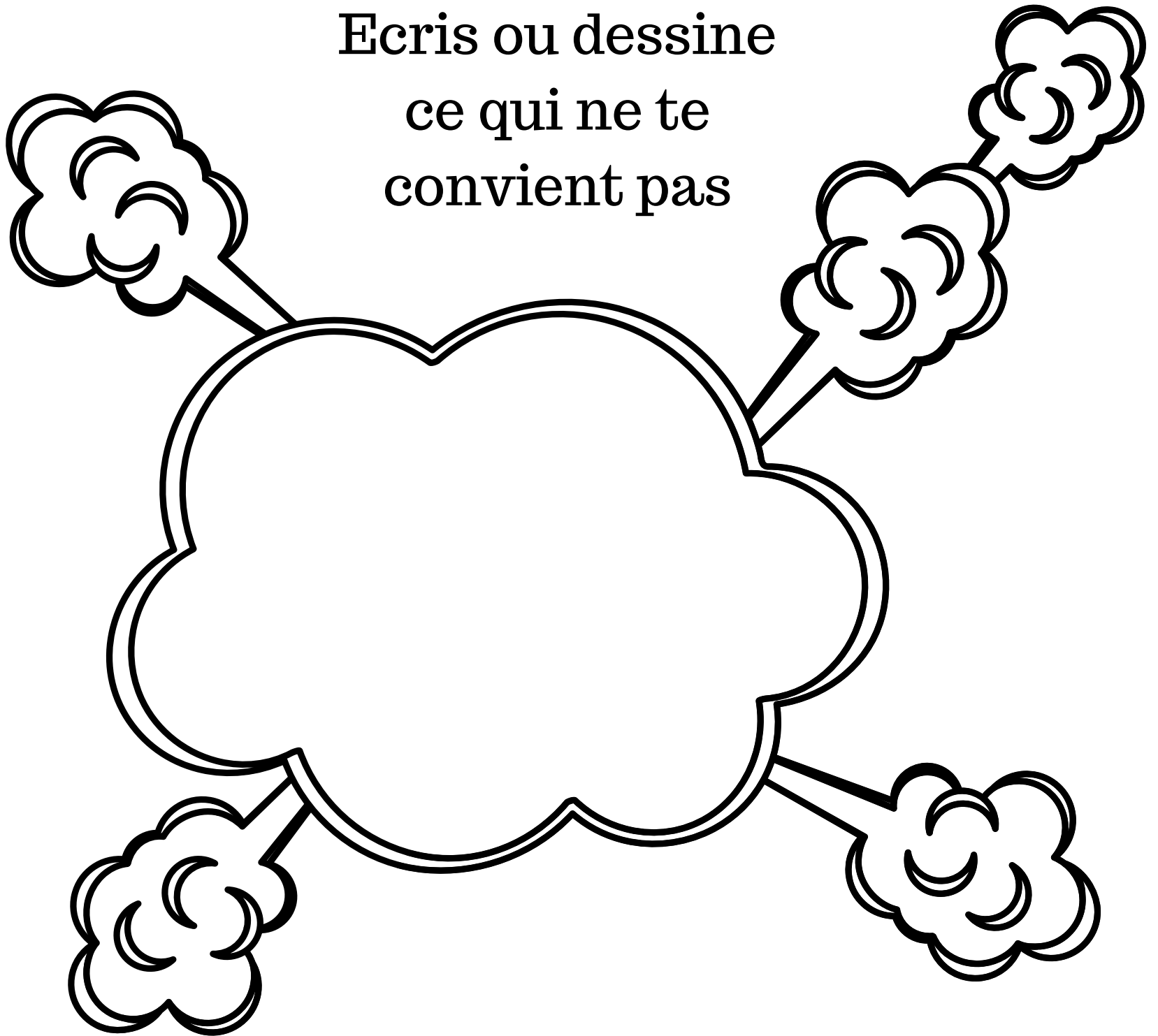


**Téléchargement gratuit**

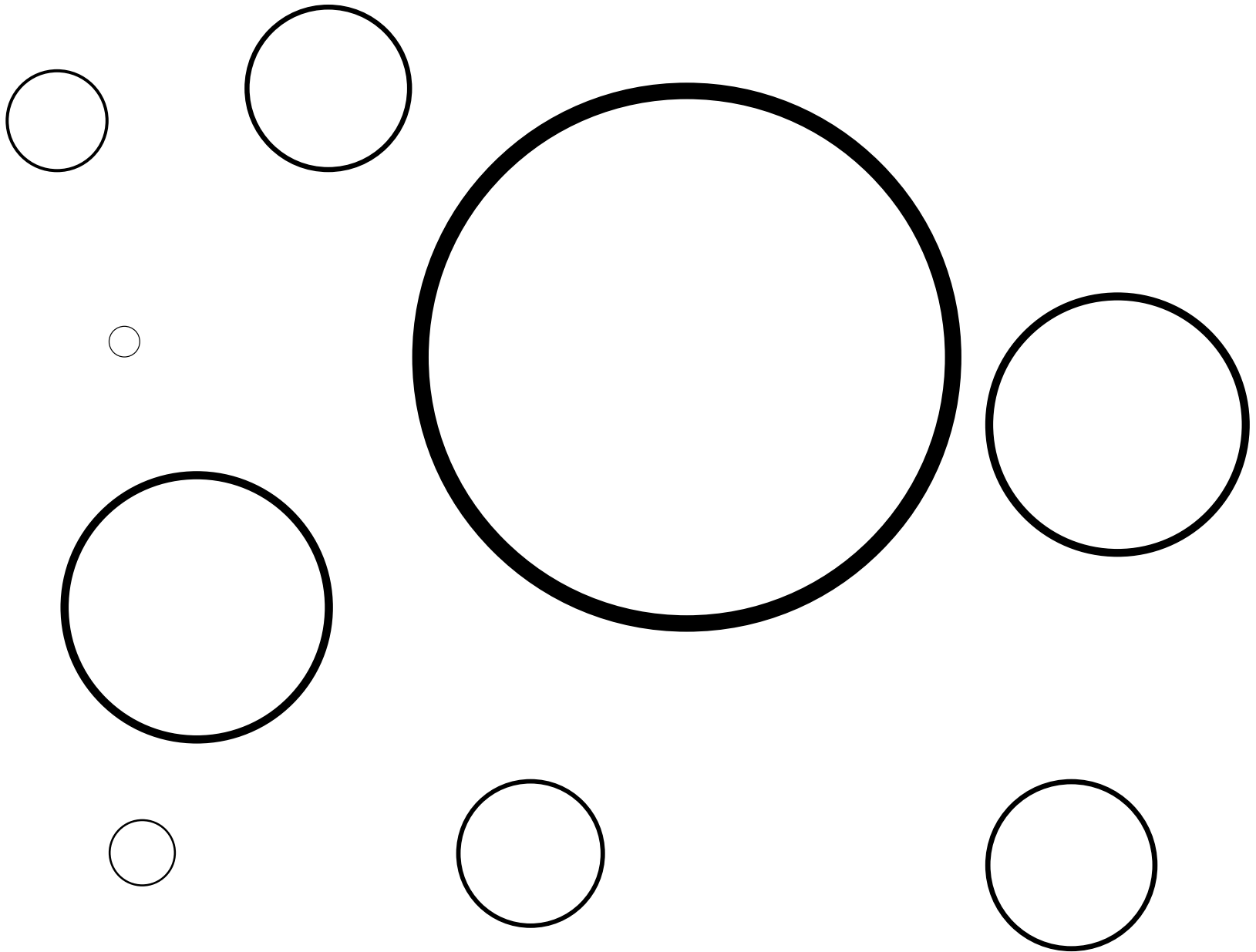
Dessine ta colère

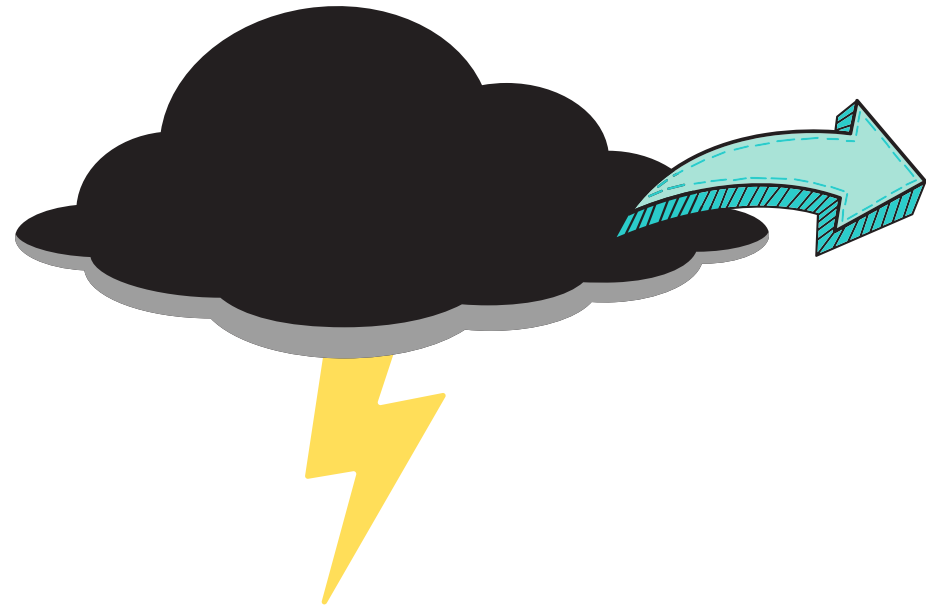
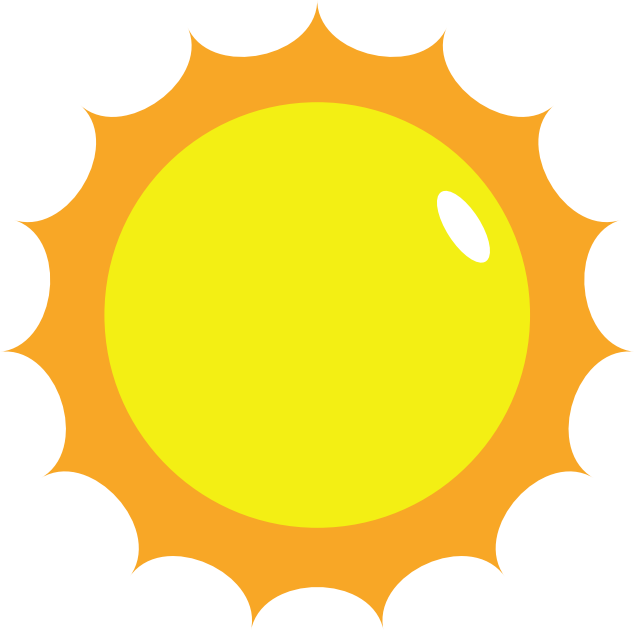


Ecris ou dessine  
ce qui ne te  
convient pas



Colorie le cercle qui  
correspond à ta colère





Souffle plusieurs fois pour  
éloigner le nuage noir  
(pose une feuille blanche  
pour cacher le nuage)

Gribouille dans ce rectangle pour  
évacuer ta colère



Pose ta main ci-dessous et pousse  
pousse pousse !



À poser sur une table, au sol  
ou à coller sur un mur

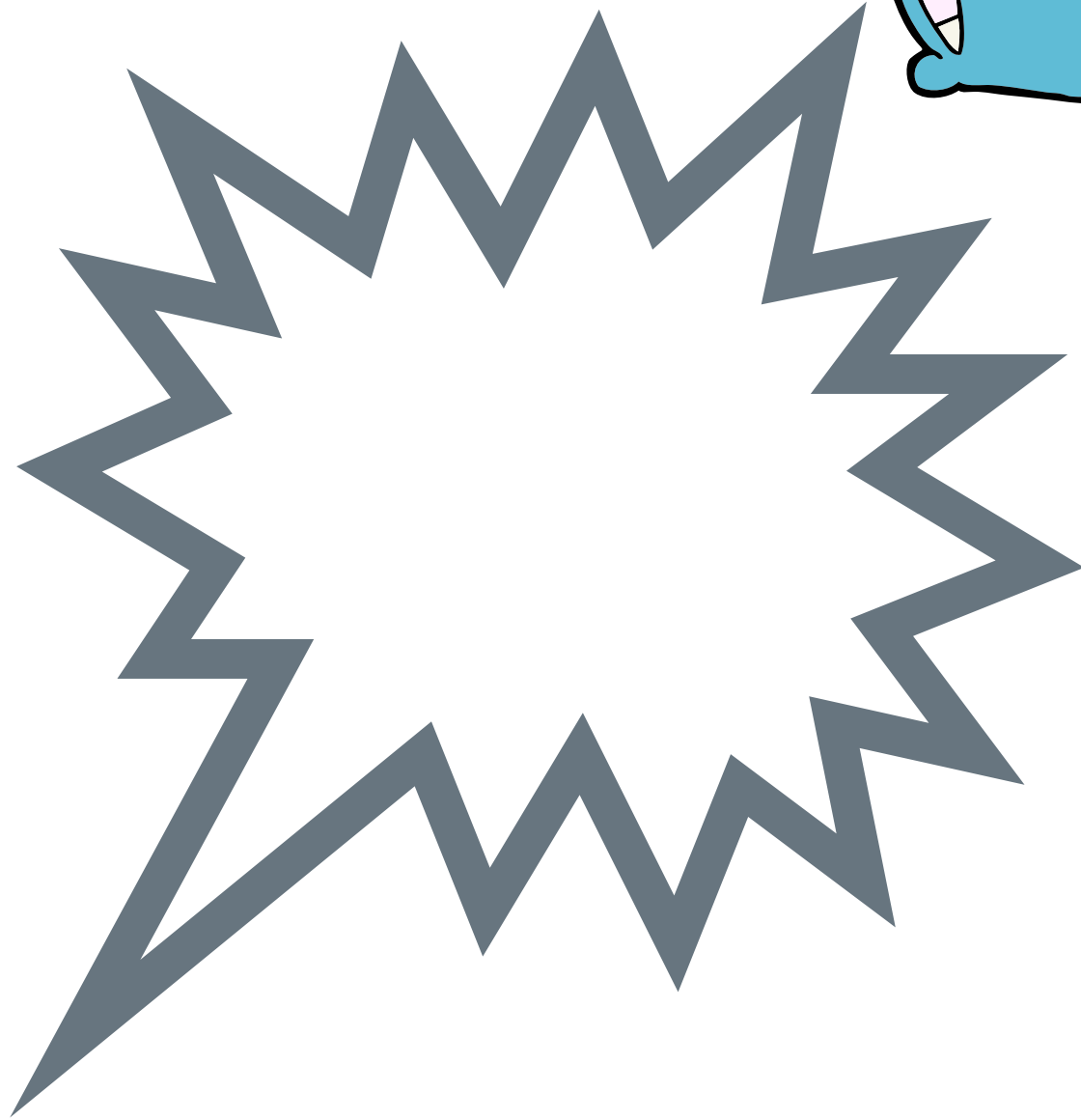
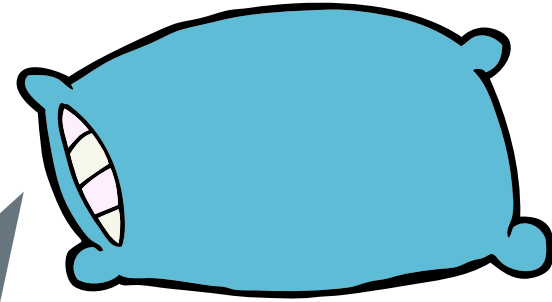
[papapositive.fr](http://papapositive.fr)

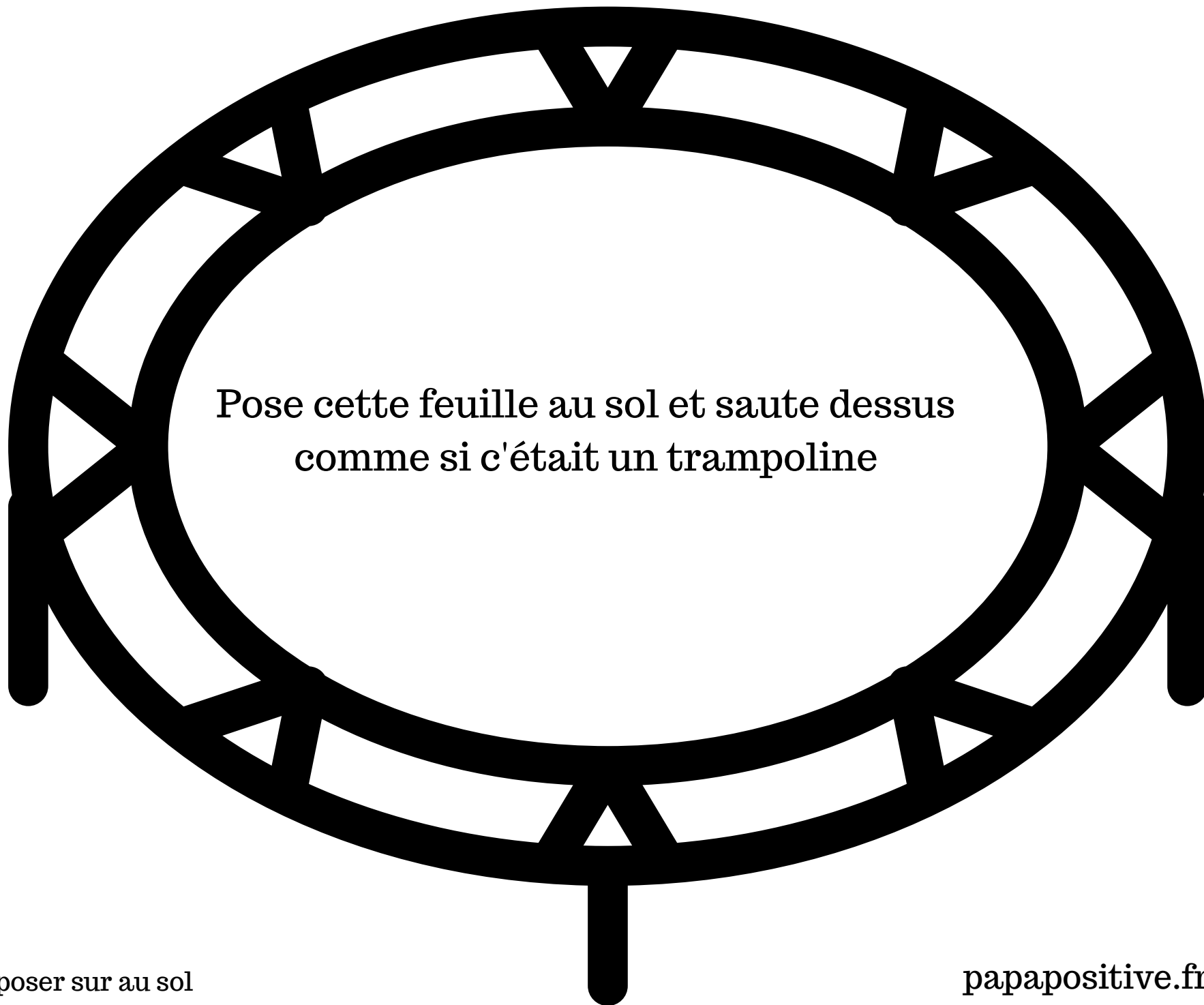
Colorie ce dragon et demande-lui ce qui  
a déclenché sa colère pour qu'il  
retrouve le sourire.





Crie dans un coussin !





Pose cette feuille au sol et saute dessus  
comme si c'était un trampoline

Inspire profondément par le nez et  
donne un coup de karaté en l'air en  
expirant d'un coup par la bouche.  
Tu peux aussi crier Kaiïï ! Ou un autre  
mot qui libère ton énergie.

