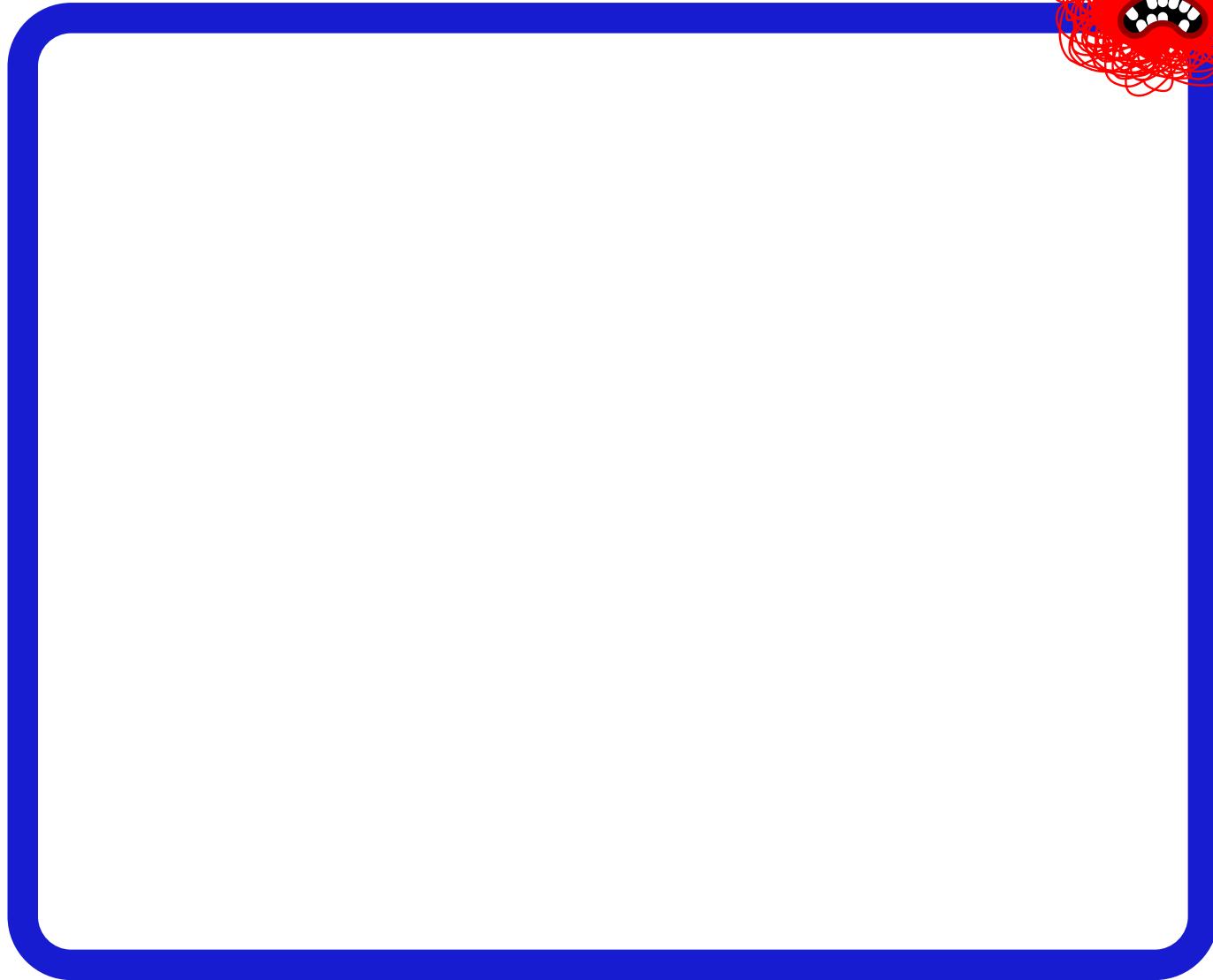
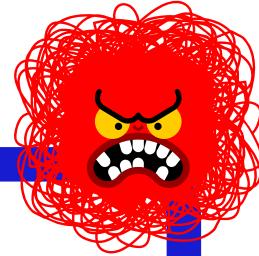


10 TECHNIQUES POUR CALMER LA COLÈRE DES ENFANTS

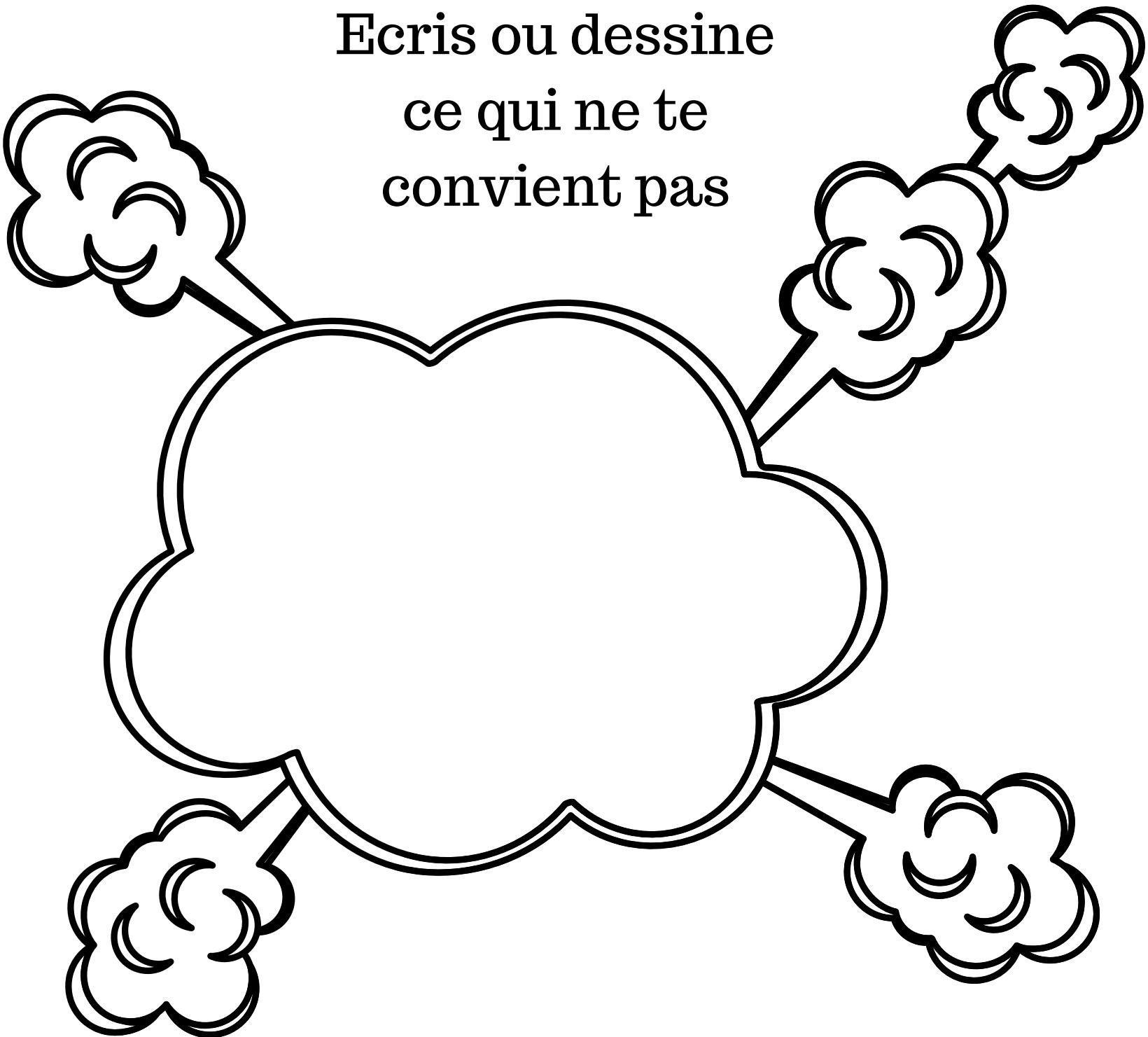
PDF

Téléchargement gratuit

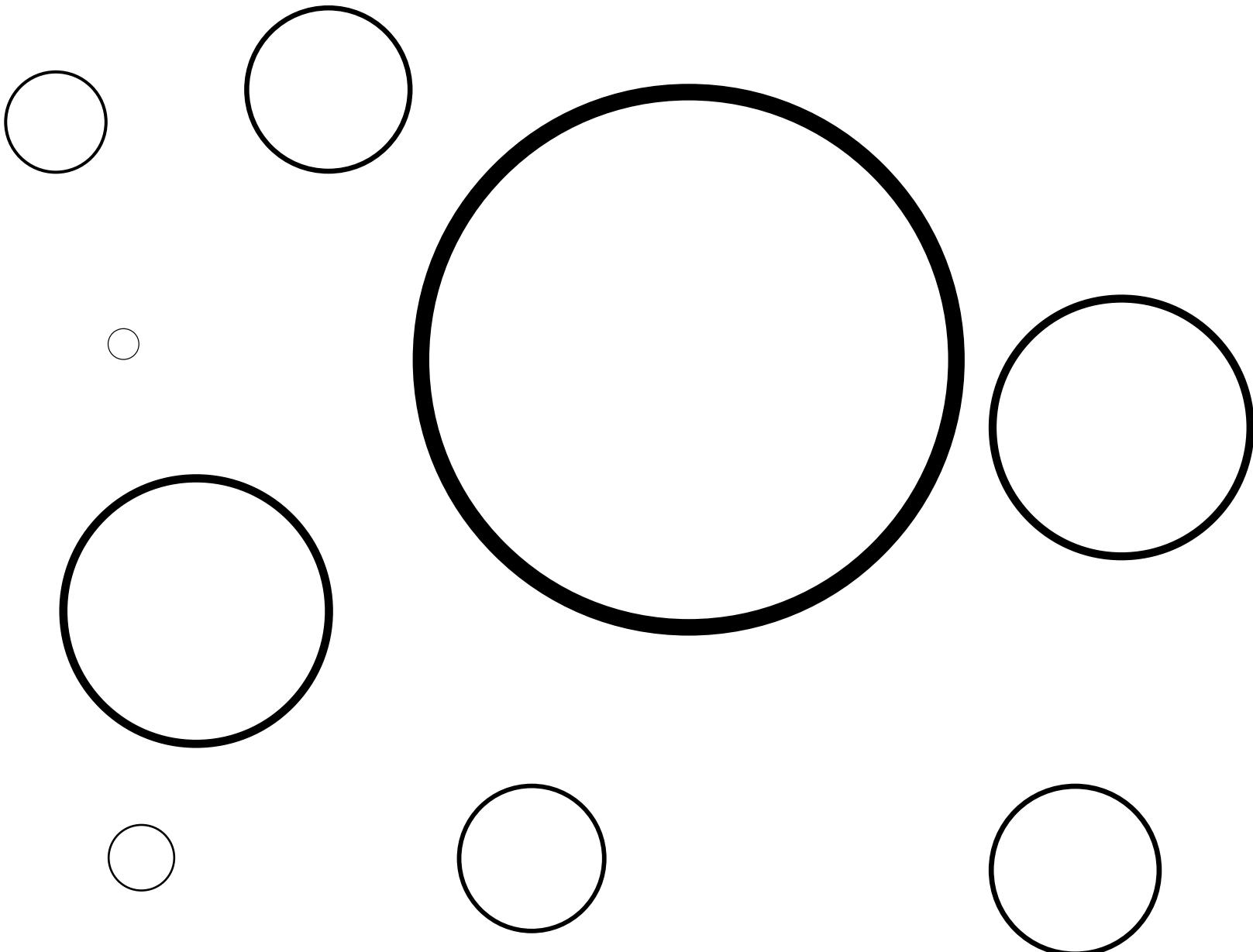
Dessine ta colère

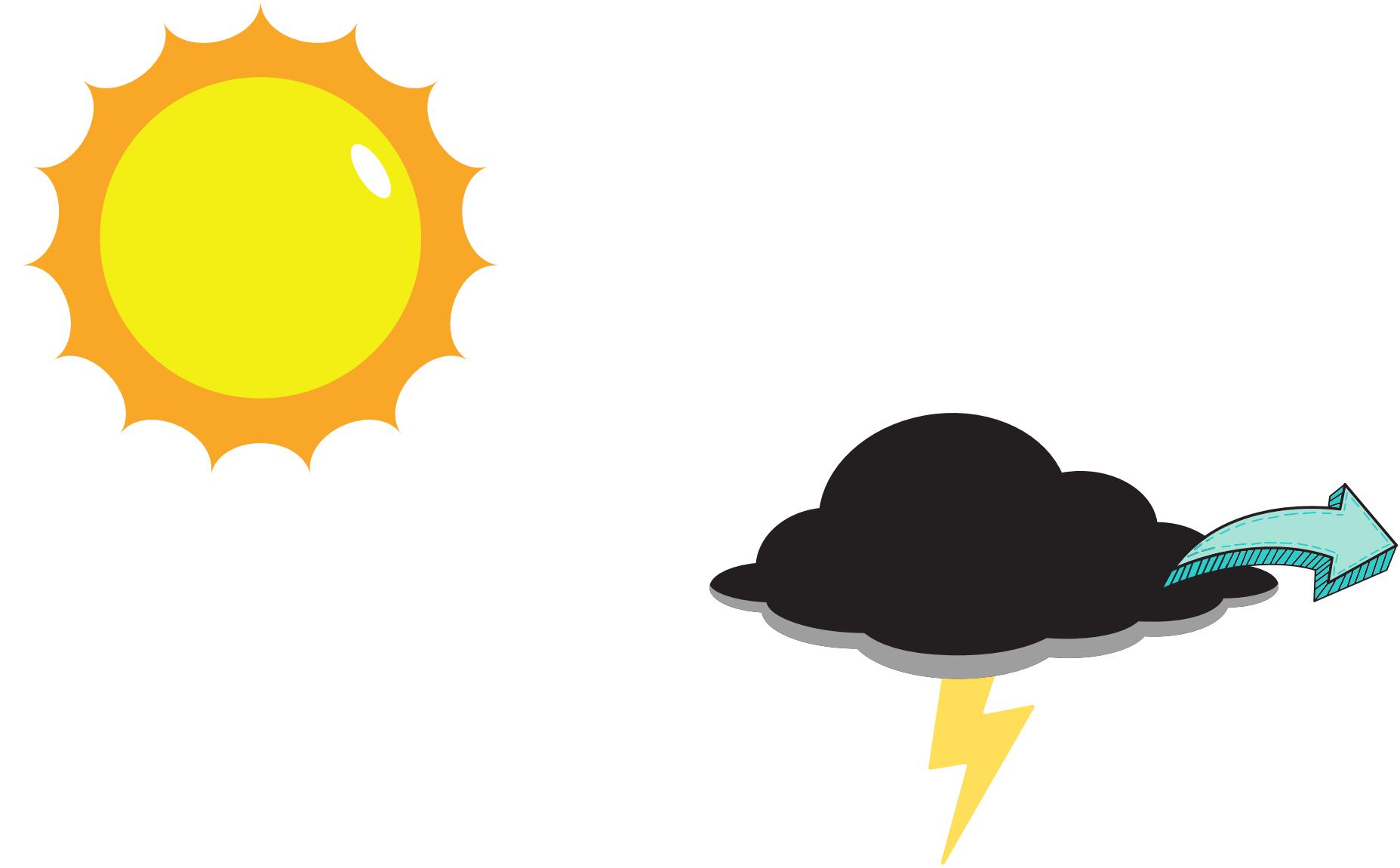


Ecris ou dessine
ce qui ne te
convient pas



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 !



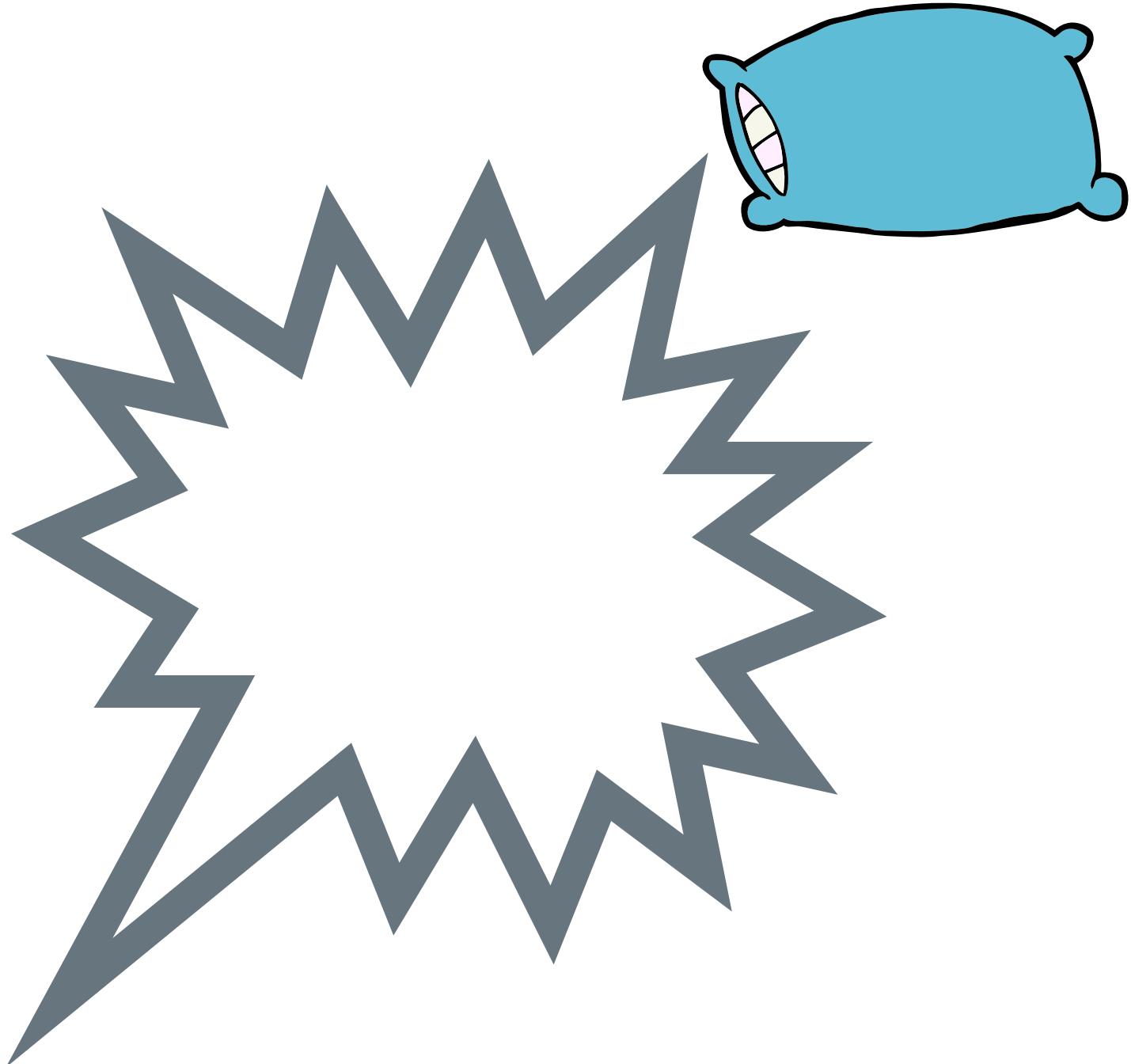
À poser sur une table, au sol
ou à coller sur un mur

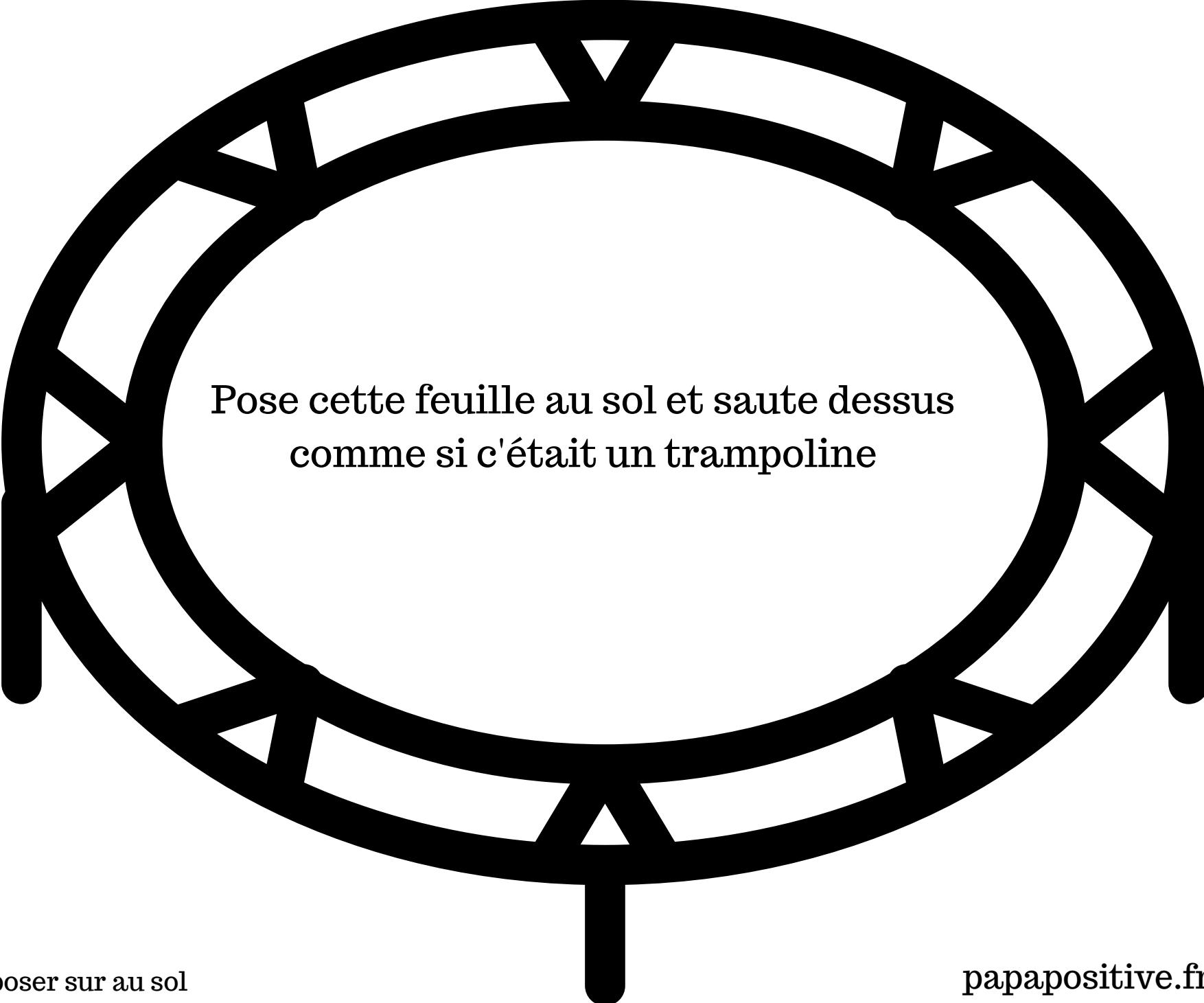
papapositive.fr

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.

