

FERMER LES YEUX ET SE CONCENTRER
SUR MA RESPIRATION

DEMANDER À ÊTRE ÉCOUTÉ

DESSINER LA COLÈRE



GRIBOUILLER

COURIR, BOUGER

DIRE "JE RESSENS DE LA COLÈRE"

PARTAGER MA JOIE

CHANTER, DANSER



APPELER DES PERSONNES
QUE J'AIME

CRIER DE JOIE "OUIIIII!!"

TÉLÉCHARGEMENT GRATUIT

4 roues pour apaiser les émotions des enfants

DIRE "JE RESSENS DE LA PEUR"

INVENTER UNE CHANSON DU COURAGE

RESPIRER
PROFONDÉMENT



DESSINER CE QUI FAIT PEUR
ET JETER LE PAPIER

ESSAYER DE
COMPRENDRE

ALLUMER SA LUMIÈRE INTÉRIEURE

re soi-même
dans nos bras

DEMANDER UN CÂLIN,
DU RÉCONFORT



PLEURER

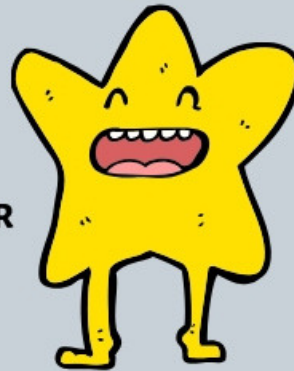
DIRE "JE ME SENS TRISTE"



Colère

papapositive.fr

PARTAGER MA JOIE



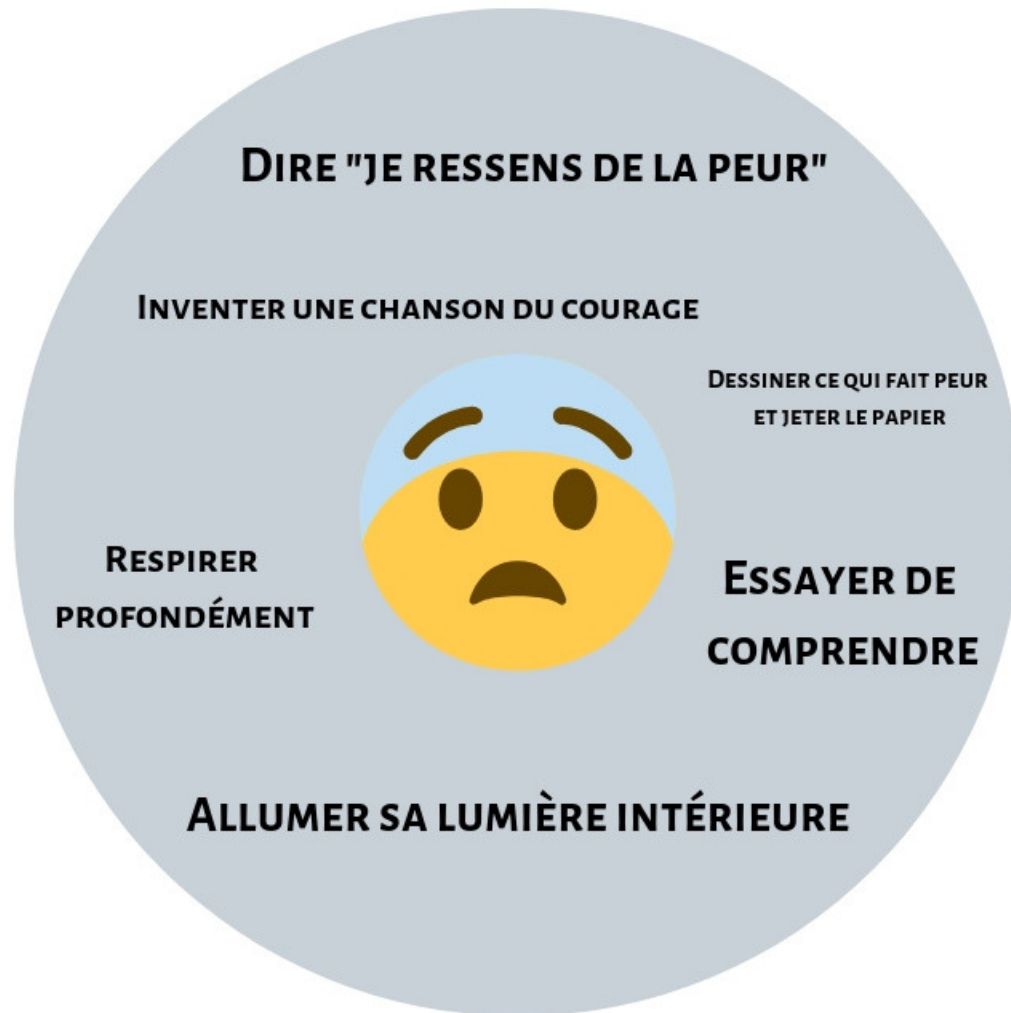
CHANTER, DANSER

**APPELER DES PERSONNES
QUE J'AIME**

CRIER DE JOIE "OUIIIII!"

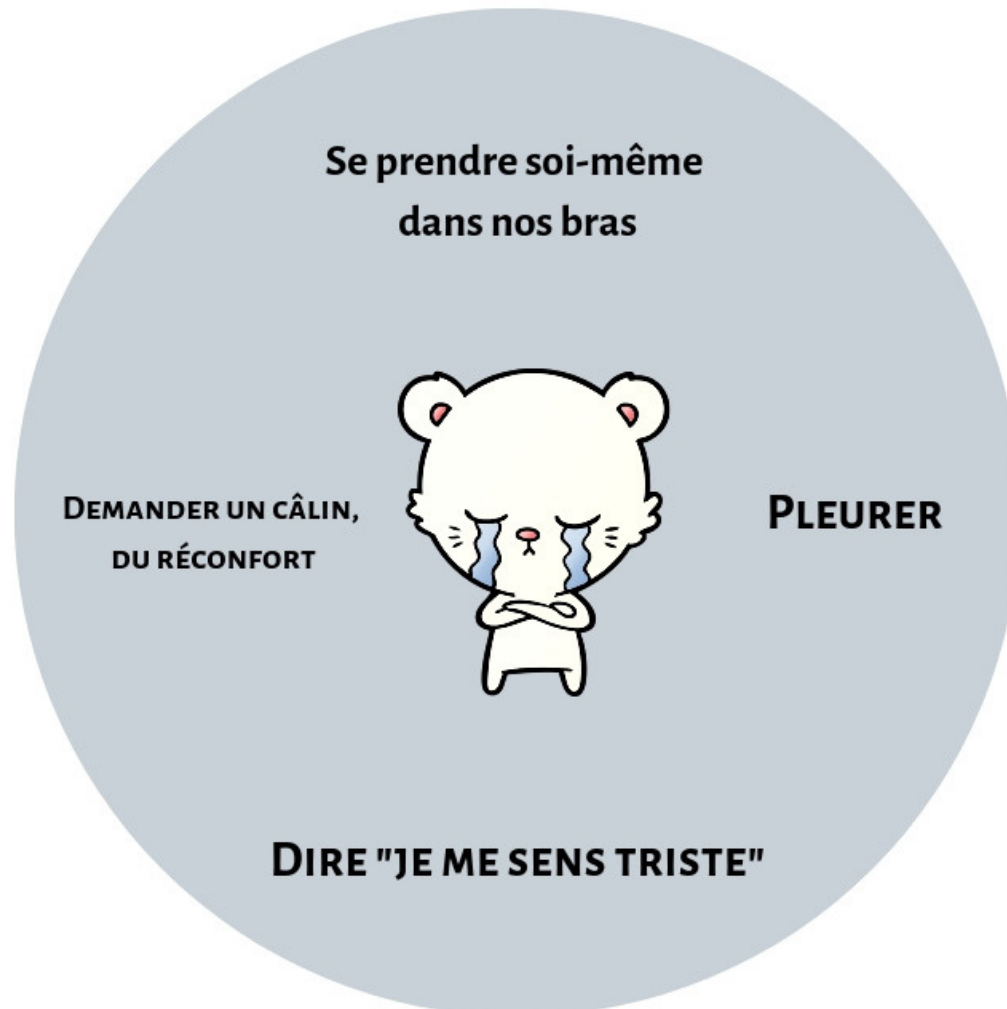
Joie

papapositive.fr



Peur

papapositive.fr



Tristesse

papapositive.fr