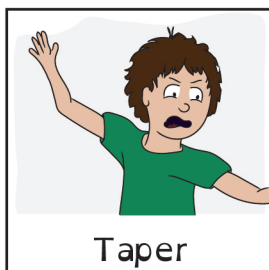
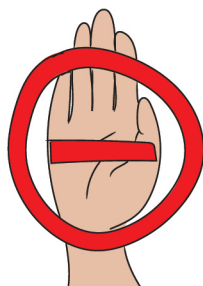




J'ai besoin de me calmer

Parfois je suis en colère, je suis fâché. Ca veut dire que je ne vais pas bien. J'ai le droit d'être en colère.

QUAND JE SUIS EN COLÈRE, JE NE PEUX PAS :



Taper



Dire des mots méchants



Me faire du mal

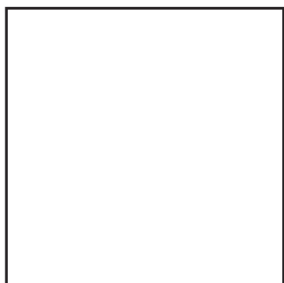
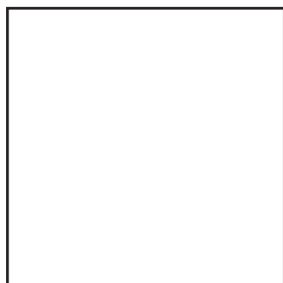
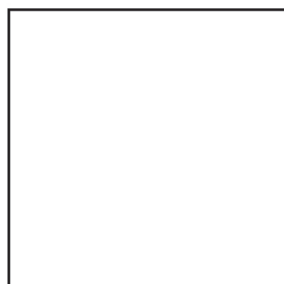
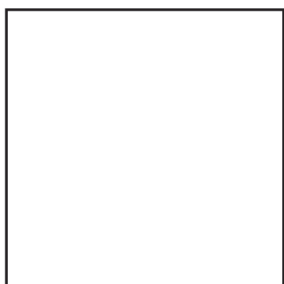
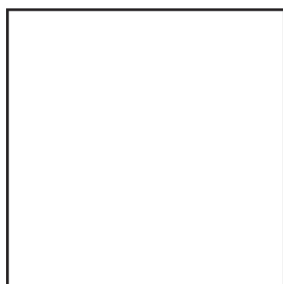


Me rouler par terre

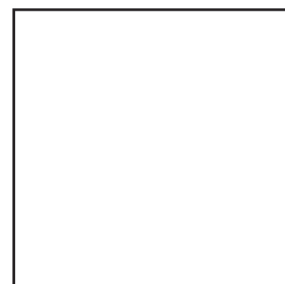


Jeter des objets

QUAND J'AI BESOIN DE ME CALMER, JE PEUX :



JE CHOISIS :



Après ça va mieux, je peux faire un câlin et je me sens bien.

Papa et maman trouvent ça bien.

Je suis content.

