

Pour se sentir bien en classe

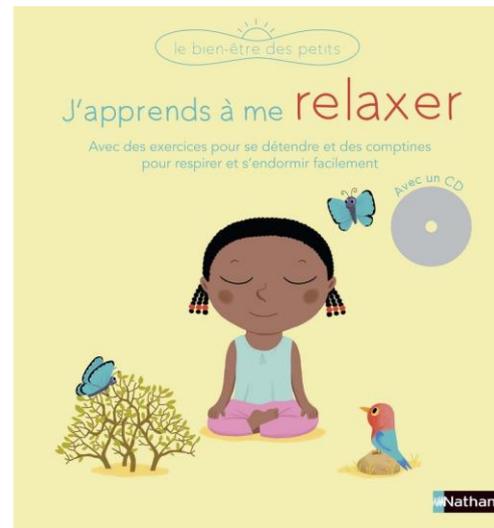
On peut utiliser **des bons de colère** que l'on déchire quand on est fâché !



On peut utiliser **les bons de pardon** que l'on peut colorier et ensuite donner à la personne à qui l'on a fait du mal.

On peut aussi prendre la photo de ses parents ou de sa famille dans la **Boîte à parents** quand on est triste.

La maîtresse fait aussi **des temps de relaxation** surtout quand nous revenons très énervés après des récréations où il y a eu des conflits lors de jeux. On écoute des CD, ça parle doucement et il y a de la musique douce. Ça nous détend, on peut alors respirer calmement.



Il est bon aussi de se faire **des compliments**. Ainsi, parfois on peut se réunir on on doit faire un compliment à une copine ou à un copain et on lui donne ensuite Zatou. Et chacun reçoit alors un compliment ! c'est agréable !

