

Mon Prénom : Mon nom : Date :

Je réfléchis à mon comportement

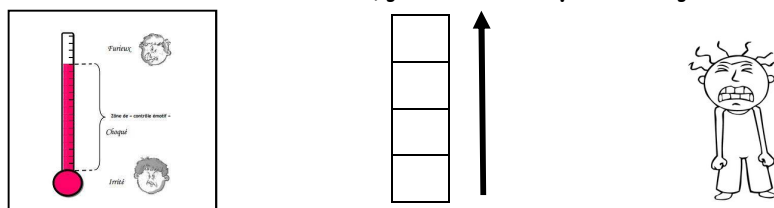
1. Je dis ce qui s'est passé, ce que j'ai fait :



2. Je dis ce qui m'a poussé à agir comme ça.



3. Sur une échelle de 1 à 4, je dis dans quel état j'étais.



4. S'il y a une victime, j'imagine ce qu'elle a pu ressentir :



5. Je cherche comment je pourrais faire autrement la prochaine fois ?



6. En quoi ce serait mieux ?



Verso

Document de Pascale Mignot Vota, CPC Lyon 5^{ème} 1^{er}. A proposer à l'enfant seulement une fois qu'il est apaisé.

Je fais un dessin pour expliquer.

