

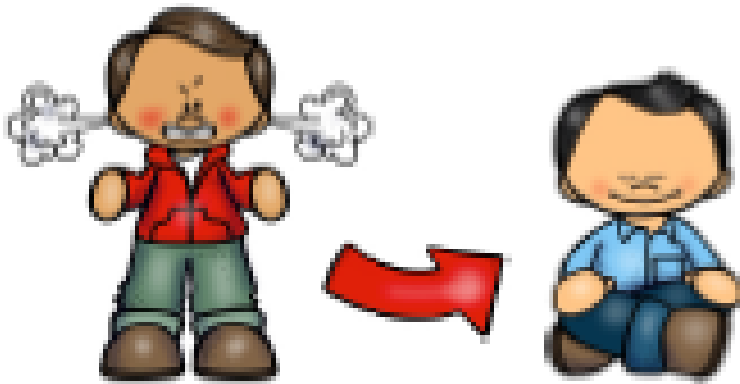
Si je suis trop énervé



ou que j'ai eu un mauvais comportement



Je vais m'asseoir à l'écart des autres pour  
me calmer...



Pour cela je peux:



Respirer



Ecraser la balle anti stress



Compter

12345  
678910



Réfléchir à  
quelle aurait  
été la bonne  
attitude