


Maîtrise de soi

Savoir ce qui est bien et faire les bons choix au bon moment.

Demande à tes parents comment tu peux avoir de la maîtrise de soi à la maison (contrôler ton comportement et tes réactions, réfléchir avant de parler, respecter tes obligations avant de faire les choses que tu préfères, etc.)

Que peux-tu faire?

Inscris dans l'étoile ci-dessous **une chose en particulier** que tu feras pour avoir une plus grande maîtrise de soi. Demande à tes parents de signer la feuille et apporte-la à ta prochaine classe.



Signature du/des parent(s)