Je trouve des solutions aux conflits

1. Je m'arrête et j'observe

Quel est le problème ?_____

Qu'est-ce que je ressens ?_____

De quoi ai-je besoin ? _____

2. J'imagine et je réfléchis

J'imagine toutes les solutions possibles pour résoudre le problème.

Idée	Conséquence	OK/ pas OK

3. Je choisis et je passe à l'action

Je choisis la meilleure solution (faisable, efficace, OK pour tous):

_____

Ce que je vais faire pour réaliser cette solution :

_____

_____

_____