

MINDMAP QUE FAIRE EN CAS DE FRUSTRATION ?

Pourquoi cette mindmap est essentielle ?

Les enfants TDAH/DYS peuvent vite se sentir dépassés par la frustration, ce qui peut mener à des crises ou des blocages. Cette mindmap leur propose des stratégies simples et accessibles pour retrouver leur calme et gérer leurs émotions de façon constructive.

Comment utiliser cette mindmap ?

Quand l'enfant se sent frustré, il peut regarder la mindmap pour comprendre comment réagir.

QUE FAIRE EN CAS DE FRUSTRATION?

