

Activité de classification

Prénom :

Date :

Consigne : Classe les évènements qui te paraissent stressants, 1 étant celui qui te semble le plus stressant et 6 le moins stressant.

Tu peux te servir de ces exemples ou rajouter tes propres évènements

Un examen – être en retard – Un conflit – Parler devant toute la classe –

Dire que tu n'es pas d'accord – Téléphoner –

1 : _____

2 : _____

3 : _____

4 : _____

5 : _____

6 : _____