

Crée ta propre **ÉQUIPE** **CÉRÉBRALE**

Mes penseuses
du cortex préfrontal :

_____ **Calmante :**
favorise un sentiment
de calme, de sérénité
et de relaxation.

Mes sentimentales
de l'amygdale :

_____ **Vigilante :**
est toujours prête, alerte
et à l'affût de dangers
potentiels.

_____ **Peureuse :**
s'inquiète constamment
juste au cas où quelque
chose tournerait mal.

_____ **Sécurité :**
prend la situation en main pour me
protéger des menaces.

_____ **Résout-des-problèmes :**
trouve des solutions aux
problèmes pour m'aider
à prendre de bonnes
décisions.

_____ **Imaginative :**
visualise des idées dans
des images, est très
imaginative, déborde
de créativité et
adopte une attitude
décontractée.

_____ **Empathique :**
compatissante, ouverte
d'esprit, indulgente et
reconnaissante pour
toutes les petites choses.

*Dessine-toi au centre et trouve les noms
des membres de ton équipe cérébrale.*



www.drstephaniemargolese.com

www.plantlovegrow.com

©Stephanie Margolese 2021

©plantlovegrow 2021

Pour usage personnel et en classe seulement.

Non destiné à la vente