

Διατηρώ τον αυτοέλεγχο

σημαίνει...



1. Σταματώ ό,τι κάνω.
2. Κρατώ τα χέρια και τα πόδια στον εαυτό μου.
3. Μετρώ μέχρι το 10.
4. Σκέφτομαι (Είναι ήπια ενόχληση;).
5. Αποφασίζω πως θα δράσω (Ήπια ενόχληση: ΤΕΣ, Σοβαρή ενόχληση: Ζητώ βοήθεια από τον δάσκαλο).

ΑΞΙΑ: ΑΣΦΑΛΕΙΑ