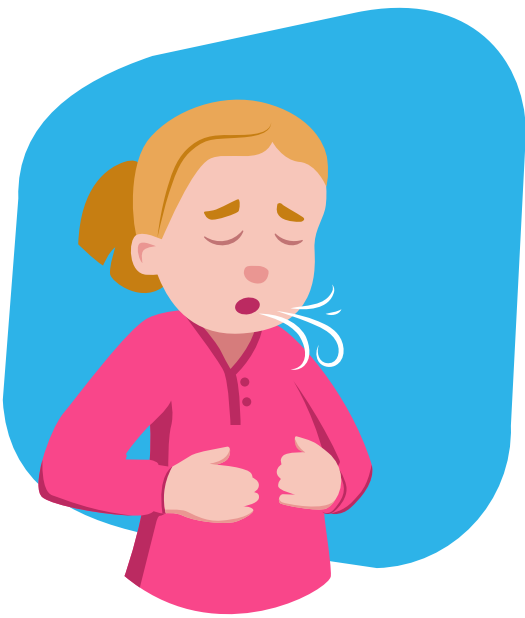


LE PARTAGE

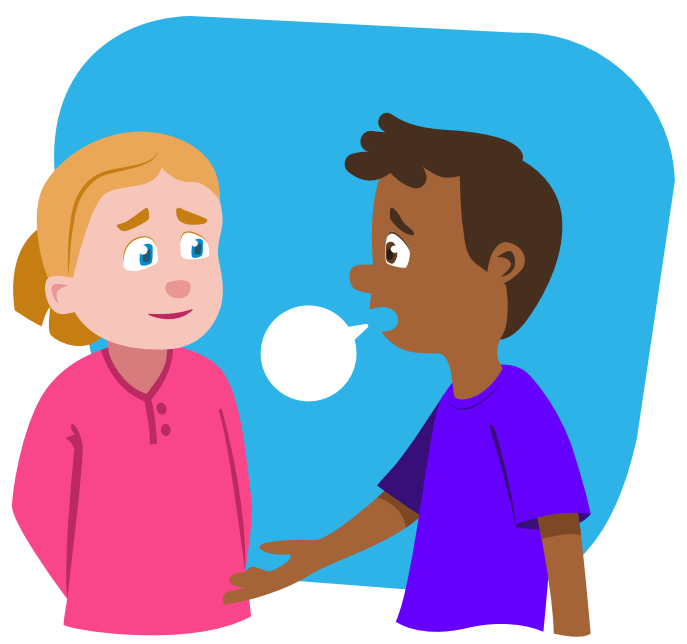
Si tu vis de la colère, parce que ton ami vole ton jouet :



1. Calme-toi avant de réagir.



2. Dis calmement à ton ami comment tu te sens.



3. Écoute ce que ton ami va dire.

Pour éviter une chicane :



1. Joue avec un seul jouet à la fois.



2. Jouez chacun votre tour avec le jouet.

ACCEPTER UN REFUS

Si tu te sens en colère parce qu'un adulte te dit non, tu peux :



1. Trouver un endroit ou un coin calme où tu peux être seul.



2. Prendre des respirations profondes.



3. Penser aux émotions que tu ressens.



4. Parler de comment tu te sens.

AMITIÉ

**Pour te faire un nouvel ami,
tu peux essayer de :**



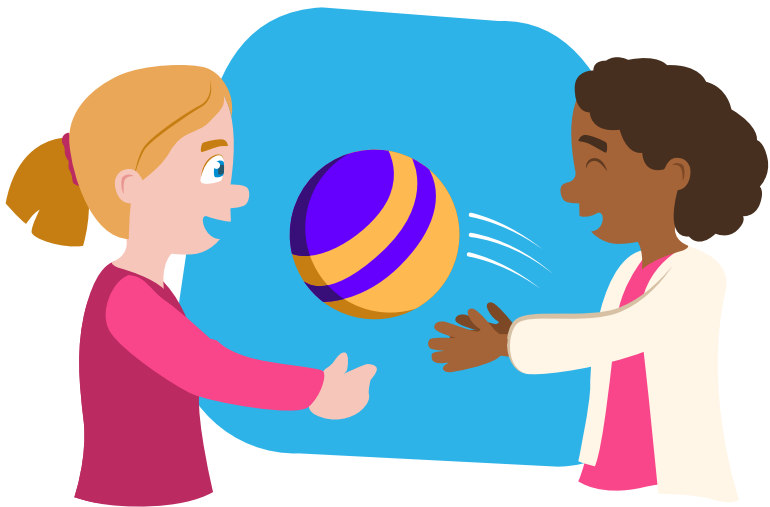
1. Lui demander son nom.



2. Dire quelque chose de gentil ou complimenter l'autre personne.



3. Parler de choses que vous avez en commun.



4. Lui proposer de jouer avec toi.



N'oublie pas, si toi et cette personne devenez amis :

Lorsque tu lui dis au revoir (ou bonjour), tu peux lui demander la permission pour lui taper dans la main ou lui faire un câlin.

LE CONFLIT

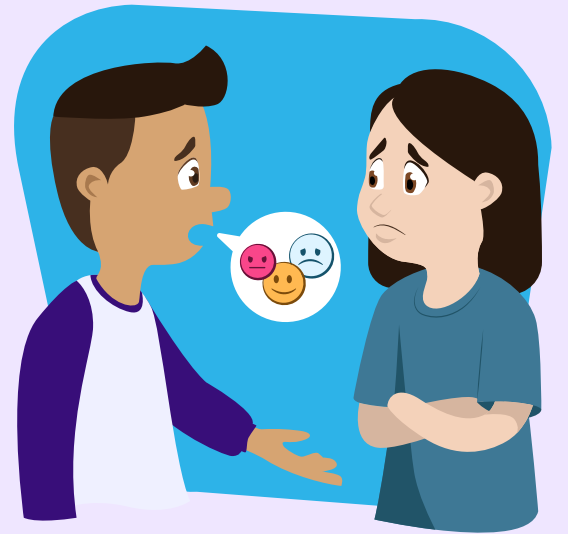
Quand tu vis un conflit :



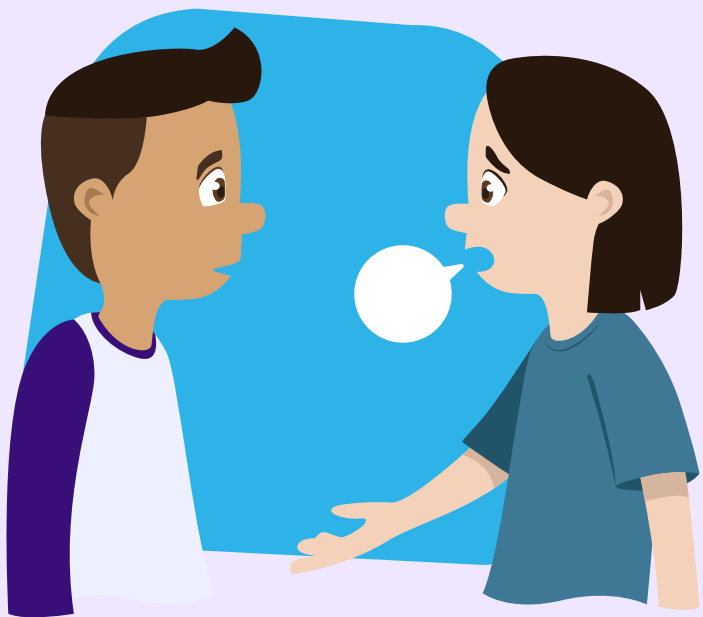
1. Prends le temps de te calmer.



2. Pense à comment tu te sens.



3. Exprime calmement ton émotion.



4. Écoute l'autre personne.



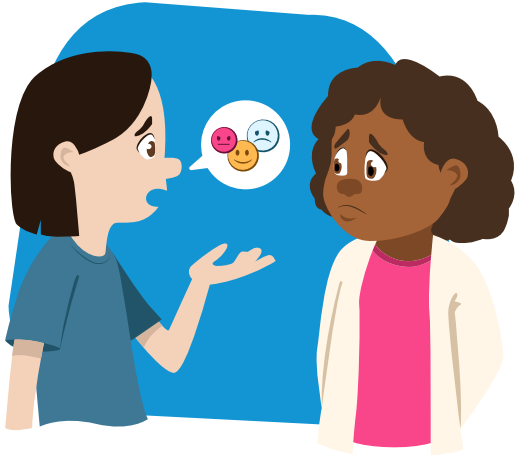
5. N'hésite pas à demander de l'aide !

LE RESPECT

Si quelqu'un te manque de respect :



1. Fais ton Zoom-Out
(calme-toi avant
de réagir).



2. Exprime
ton émotion
calmement.



3. Écoute ce
que l'autre
te dit.



4. Accepte les
excuses de
l'autre personne.

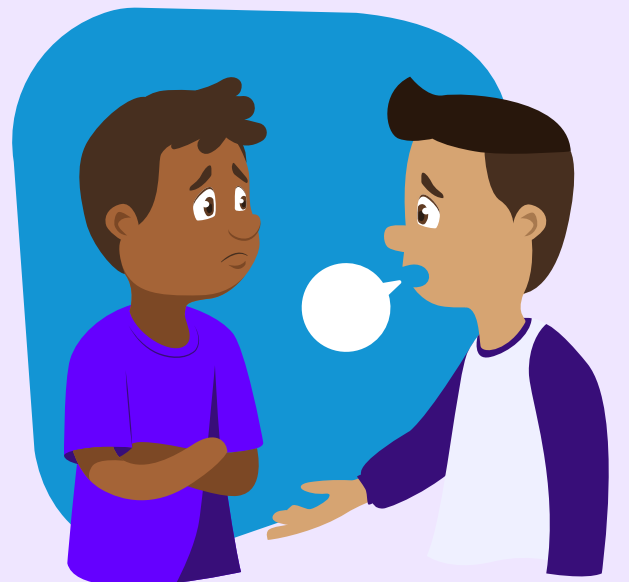
Si tu manques de respect à quelqu'un :



1. Calme-toi.



2. Réfléchis à ce que
tu aurais pu faire de mieux.



3. Excuse-toi à
l'autre personne.