

Bonjour, chers parents !

Cette semaine, le détective Empathique nous enseigne des moyens pour nous aider à résoudre nos conflits sans utiliser la violence.

Lors d'un conflit, il est parfois difficile de concevoir que les autres éprouvent des sentiments différents des nôtres. Lorsque l'on se pose la question « comment je me sentirais si j'étais à sa place », on développe notre sentiment d'empathie. Ainsi, on prend en considération les sentiments vécus par l'autre et l'on démontre un esprit d'ouverture.

ET À TOUS LES JOURS...

- Posez la question à votre enfant : « comment te sentirais-tu si tu étais à sa place ? »
- Rappelez à votre enfant l'importance de respecter les sentiments et les réactions de l'autre personne et d'accepter la différence ;
- Félicitez votre enfant lorsqu'il parvient à être empathique ou lorsqu'il fait un effort pour le devenir.

À partir des illustrations suivantes, écrivez comment vous vous sentiriez si vous étiez à sa place.



Parent

Enfant



Parent

Enfant

Réponses :

Parent d, this humble / En odre, fuste le)



Les trucs **du** détective Empathique

1 J'observe
le corps de la personne



2 Je regarde
autour de la personne



3 Je vérifie
ce que je pense



Pour identifier les sentiments de la personne!

Institut
Pacifique

Centre Montebourg | Résolution de conflits | Médiation sociale
www.institutpacifique.com

L'empathie
Atelier 6 - 1^{er} cycle

Feuilles reproductibles © 2004 Institut Pacifique



Atelier 6 - 1^{er} cycle

Vers le pacifique



L'empathie