

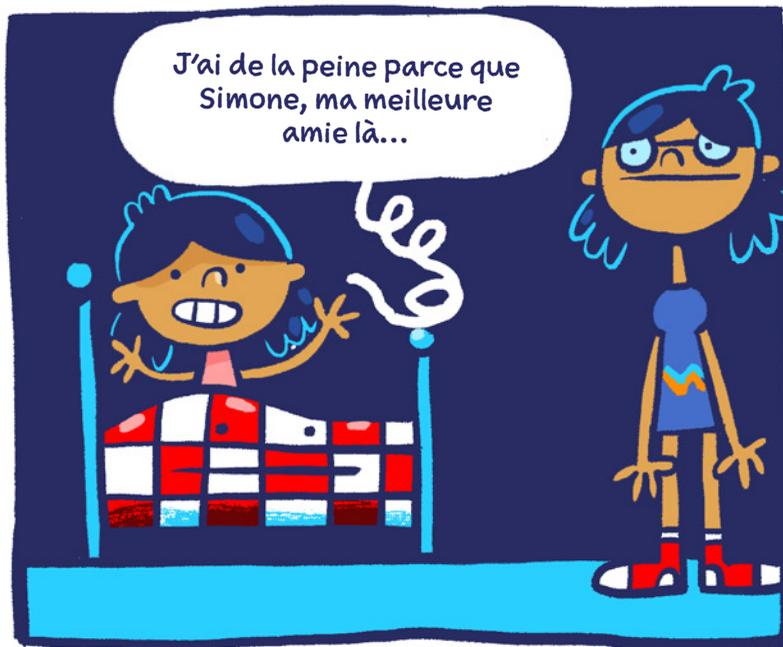
2^e cycle
8 à 10 ans

Ma meilleure amie









On s'amusait, comme
d'habitude, et tout
d'un coup, Simone est
arrivée pour jouer
avec nous.

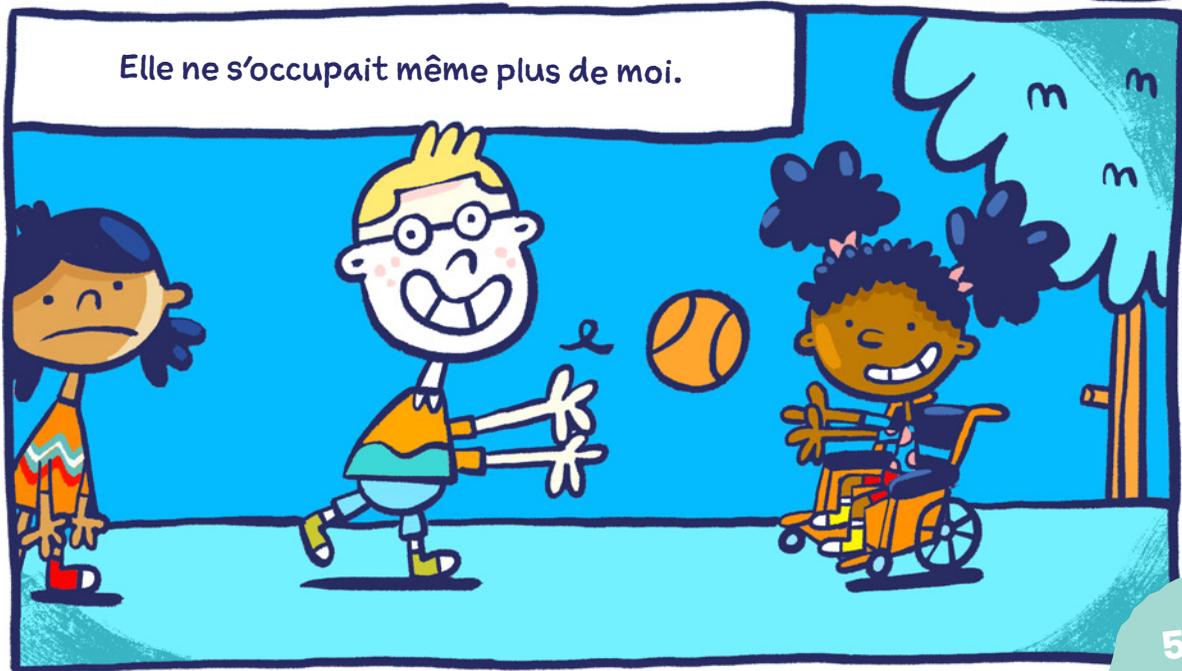


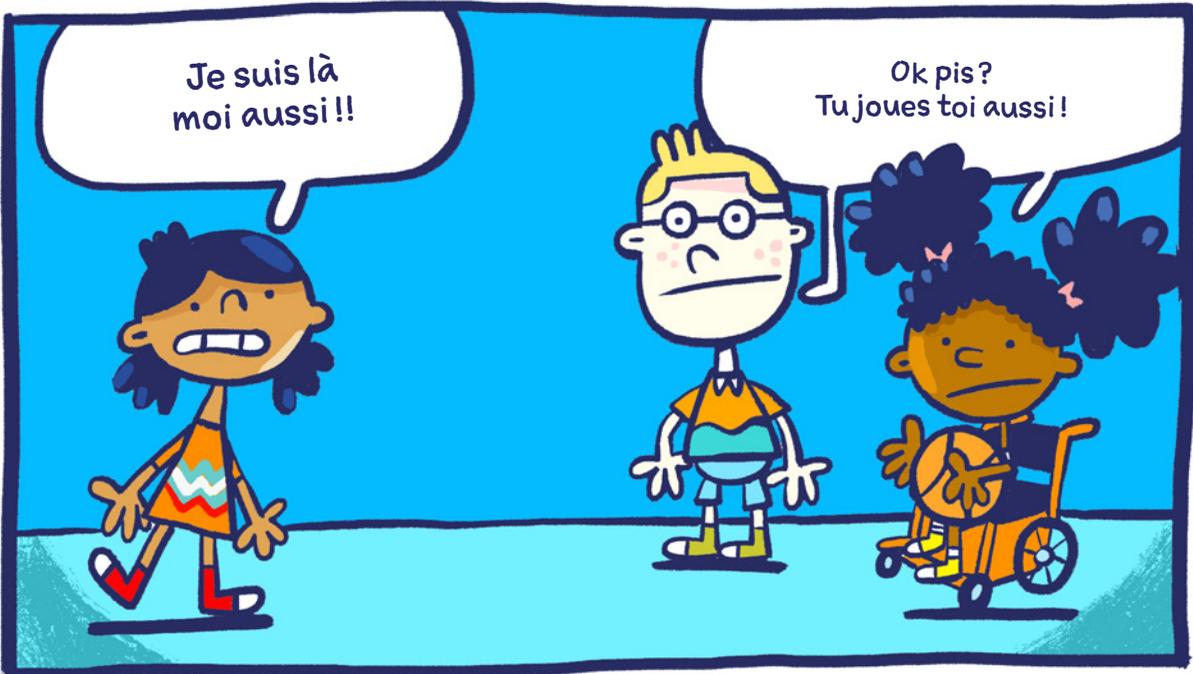
Ye!

Youppi!

Allô!









Akyann discute et trouve une solution avec sa mère.

bla bla...



Le lendemain.

Simone, je m'excuse pour hier. Des fois j'ai peur qu'on ne soit plus amies.



Je me suis rendue compte que peu importe avec qui on joue, on reste amies.



Akyann est de retour à la maison.

Maman, tout s'est arrangé. Merci de m'avoir écoutée*.





Je parle à quelqu'un

Quoi
faire?

Lorsqu'on parle avec quelqu'un de ce qui nous rend triste, mélangé-e ou pas bien en dedans et que la personne nous offre son écoute attentive, nous pouvons parfois nous-même trouver nos propres solutions.

Juste le fait de dire à quelqu'un d'autre notre problème nous aide à faire sortir nos émotions et à se sentir moins seul-e face à la situation. Après, il devient plus facile de chercher, trouver et appliquer une solution.

Lorsque la solution ne vient pas de nous-même, la personne qui nous a offert son écoute peut aussi être aidante dans la recherche de solution.