La communication non violente

Le retour en classe ... Il est normal de ne pas être 100% en accord avec tout ce qui se passe et de se poser des questions. Afin d'éviter l'escalade de conflits dans ce contexte déjà stressant, aidons-les à communiquer et à s'affirmer positivement, sans violence.

1 EXPRIME TES BESOINS ET TES ÉMOTIONS

«J'ai vraiment besoin de voir un ami. Toutefois, je suis mal à l'aise d'aller chez lui.»

2 NOMME CLAIREMENT CE QUE TU VEUX

«J'aimerais te voir pour parler de mes difficultés, mais sans devoir aller chez toi.»

3 ÉCOUTE LES BESOINS ET LES ÉMOTIONS DE L'AUTRE

«J'ai vraiment envie de te voir et d'être là pour toi. Par contre, je n'ai pas de moyen de transport pour me déplacer.»

4 ÉCOUTE CE QUE L'AUTRE VEUT

«Pour se voir, il faudrait que ça soit dans un endroit près de chez moi.»

5 AVEC BIENVEILLANCE, TROUVEZ UN COMPROMIS

Les 2 personnes pourraient se rencontrer dans un parc près de la résidence de la deuxième personne, ce qui éviterait que la première se déplace chez l'autre.

BENADO
Organisme de justice alternative
Alternatives au décrochage scolaire