

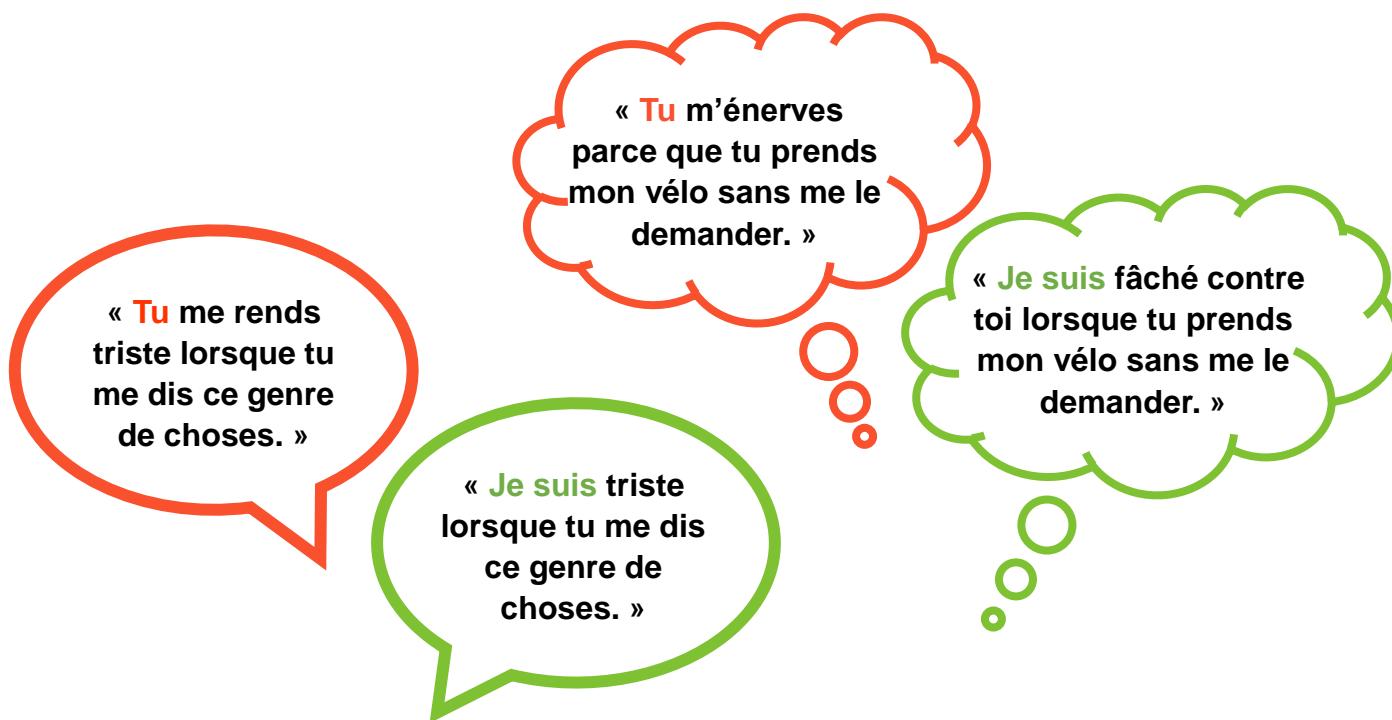
Parler au « je »

- Fiche d'activité -



La communication est importante, car elle te permet de dire à tes parents, tes frères et sœurs et tes amis comment tu te sens, ce que tu veux, ce qui va et ce qui ne va pas.

Quand tu as quelque chose à dire, exprime-toi en parlant de toi. Évite de faire des reproches et de dire des phrases comme « Tu fais ceci! » ou « Tu fais cela! ». Utilise plutôt la formule « Je suis... » comme dans les exemples suivants.



« **Tu** me fais plaisir lorsque je te vois sourire. »

« **Je** suis heureux lorsque je te vois sourire. »