

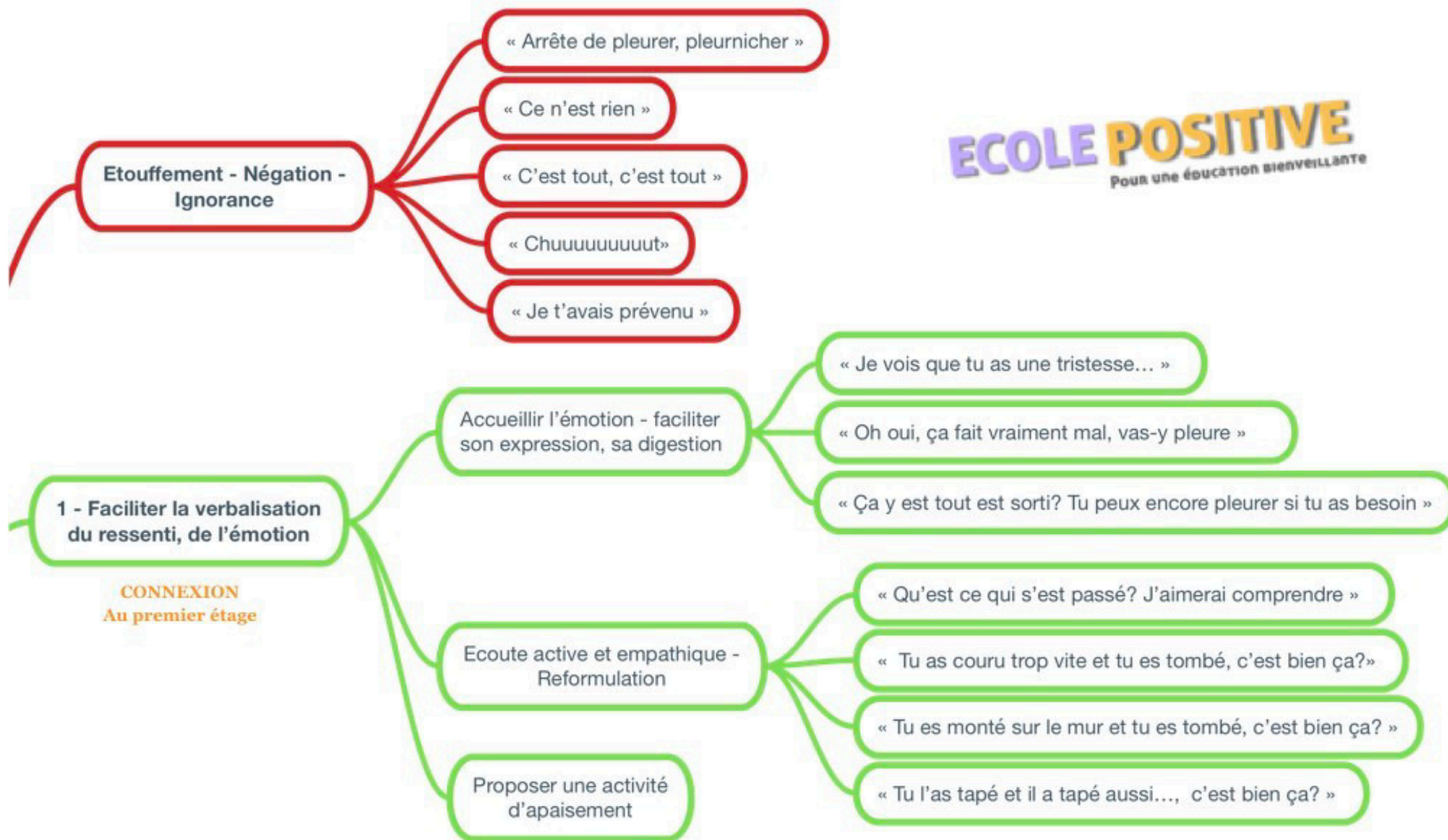


# Exemples de phrases

Il n'y a pas de phrase type ou « miracle ». Vous trouverez ci dessous des exemples qui peuvent servir de source d'inspiration.

Selon le moment, l'enfant, l'état de fatigue..., chaque attitude sera différente.

**ECOLE POSITIVE**  
POUR UNE ÉDUCATION BIENVEILLANTE



# Exemples de phrases - suite

**ECOLE POSITIVE**  
Pour une éducation bienveillante

## 2 - Faire preuve d'empathie

CONNEXION  
Au premier étage

« Je comprends ta tristesse, ce n'est pas drôle quand.... »

« Je comprend ta colère... »

« Quand j'avais ton âge, quand j'étais petit, ça m'est arrivé aussi... »

« L'autre jour, j'étais aussi triste... »

## 3 - Donner son point de vue d'adulte

Au deuxième étage

« Ce qui est important pour moi, c'est... »

« Ce que je souhaite, c'est que... »

Utiliser la communication non-violente (OSBD)

Observation : « Quand je vois ceci... »

Sentiment : « Je ressens... »

Besoins : « car j'ai besoin de... »

Demande : « je souhaiterai que... »

## 4 - Amener à chercher une solution

Au deuxième étage

« As-tu eu une idée pour que cela ne recommence pas? »

« Serais-tu d'accord pour que...? »

« Nous pourrions choix 1 - choix 2 - choix 3 ... »