

Prénom :
Date :

Le message clair



Messages clairs pour éviter la guerre

Victor, je vais te faire un message clair.
Quand tu m'as
Moi, ça m'a
As-tu compris ?



Oui.
Peut-on arranger la situation ?

Des solutions possibles :

- Des excuses
- Une réparation
- Un arrangement où tout le monde est satisfait.



Dans un message clair, je dis comment je me sens :

- Je suis en colère.
- Je suis triste.
- Je suis heureux.
- Je suis effrayé.
- Je suis surpris.

