

Pour réguler l'agressivité, nous disposons D'OUTILS

Les outils instinctifs	Les outils construits
<ul style="list-style-type: none">• La contre agression• L'évitement / la fuite• La soumission• <i>Ces moyens permettent de se protéger.</i>	<ul style="list-style-type: none">• Outils de la force• Outils du droit• Outils de la communication

Les outils construits :

Les outils de la force :

Elle doit être légitime et a pour but l'obéissance

Remarque : il faut éviter l'escalade symétrique sauf quand on est sûr de gagner.

Les outils du droit :

C'est mettre un tiers entre l'autre et moi :

Quelqu'un : CPE, ...

Quelque chose : Règlement intérieur, règles,...

Les outils construits de la communication :

L'écoute empathique

→ La régulation

→ La confrontation

→ La revendication