

Exercice pour les 6-11 ans

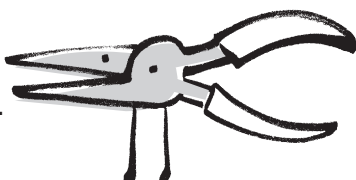
LES LIENS, UNE DES CLÉS DU BONHEUR!¹

Voici différents outils qui peuvent t'aider à créer des liens.

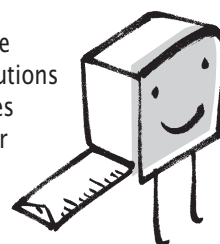
Lesquels font déjà partie de ton coffre à outils? Joins-les au coffre par une flèche.

N'oublie pas : on peut toujours s'équiper de nouveaux outils pour continuer de bâtir des liens.

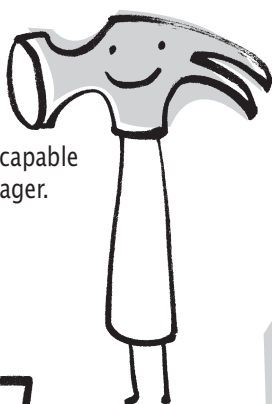
- Je fais attention aux autres et à leurs sentiments (tristesse, colère, joie, etc.).



- Je suis capable de chercher des solutions pour résoudre des problèmes autour de moi.



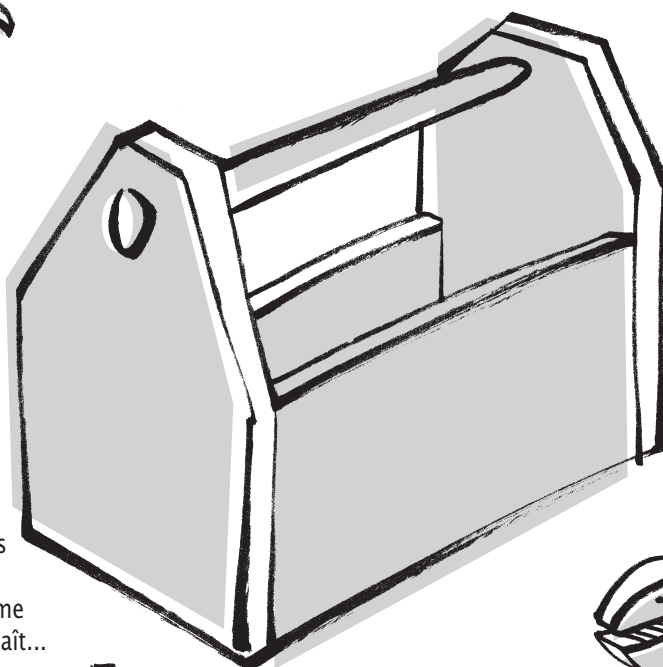
- Je suis capable de partager.



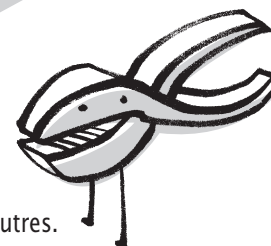
- J'aide les autres.



- Je parle à ma famille de mes amis, de mes professeurs, de mon école, de ce que j'aime et de ce qui me déplaît...



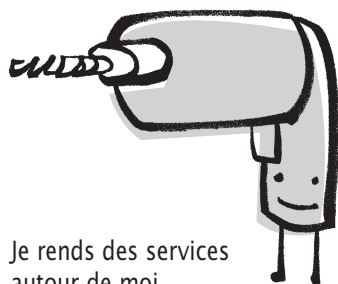
- Je communique avec les autres.



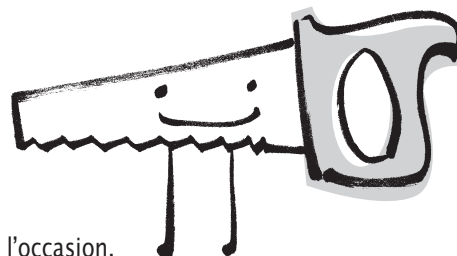
- Je recherche la présence des autres (camarades, parents, autres membres de la famille, etc.).



- Je rends des services autour de moi.



- J'apporte, à l'occasion, des idées pouvant servir au groupe (idées de jeux, idées pour améliorer quelque chose ou pour aider quelqu'un).



¹ Exercice inspiré de Duclos, Germain (2004). « Le sentiment d'appartenance », *L'estime de soi, un passeport pour la vie*, 2^e édition, coll. Parents, Montréal, Éditions de l'Hôpital Sainte-Justine, p. 153.

