

1 Citez des moments où vous avez eu l'impression de ne pas pouvoir parler de vos sentiments et expliquez pourquoi.

2 Énumérez les moments où vous avez parlé de vos sentiments et ce que vous avez ressenti après avoir parlé.

NOTES POUR LES PARENTS (APRÈS L'ACTIVITÉ)

1. Cochez la liste des moments où vos enfants ont eu l'impression de ne pas pouvoir parler de leurs sentiments. Réfléchissez comment vous pourriez être plus présent dans l'un de ces moments.
2. Parlez avec vos enfants des moments où le fait de partager vos sentiments vous a aidé à faire face à des situations, en montrant l'exemple.
3. Organisez périodiquement un rendez-vous avec votre famille pour parler ouvertement de vos sentiments.



La joie d'être entendu



Developed by Storytelme

tamusproject.eu



This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License



Co-funded by the European Union

The European Commission's support of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission can not be held responsible for any use which may be made of the information therein.

Project Number: 2021-1-IE01-KA220-ADU-000035273

