

M. CONFINEMENT

Accepter NON ! 

Que fait Monsieur Confinement quand il demande à ses parents s'il peut encore regarder la télévision et qu'ils lui disent non ?



1. Il prend une **grande respiration** et compte lentement jusqu'à **3** dans sa tête. Il reste calme !

2. Il **pense à ses choix**.

- a. Dire «OK» calmement et fermer la télévision.
- b. Réfléchir à une autre activité qu'il pourrait faire ou demander des suggestions à ses parents.
- c. Se mettre en colère et bouder parce qu'il n'a rien d'autre à faire et qu'il trouve le temps long.
- d. S'obstiner avec ses parents jusqu'à ce qu'ils changent d'idée.

3. Il **décide du meilleur choix pour lui dans la situation** : il ressent beaucoup de colère, mais il choisit de rester calme. Il répond «OK» et il ferme la télévision rapidement. Il dit à ses parents qu'il ne sait pas quoi faire et qu'il trouve le temps long. Ces derniers lui proposent d'appeler un ami, de jouer à un jeu de société avec son frère ou de sortir ses blocs.

Monsieur Confinement comprend que ce n'est pas facile de toujours rester dans la maison avec sa famille. Il comprend que la vie familiale a un peu changé depuis quelque temps et que ses parents lui disent « non » un peu plus souvent. Il décide alors de rester calme et de respecter la décision de ses parents. Il sait que de cette façon, **il évitera une chicane et rendra la vie familiale plus agréable pour tous**. Et qui sait, peut-être qu'en agissant ainsi, ses parents accepteront qu'il regarde un peu plus la télévision la prochaine fois !



boscoville
innover pour la jeunesse