



Tu es dans la cour de récréation avec une amie de ta classe et d'autres filles plus vieilles. Ton amie pointe une fille de votre classe et dit : « C'est elle qui a doublé deux fois ! » La fille entend la remarque et a l'air gênée. Tu trouves que ton amie n'a pas été gentille.

Que dis-tu à ton amie ?

Ton ami t'invite à jouer chez lui. Vous dessinez depuis au moins une heure lorsque sa mère propose d'aller jouer au basketball. Tu en as envie, mais ton ami refuse et répond que vous préférerez dessiner. Tu n'aimes pas que ton ami parle pour toi.

Que dis-tu à ton ami ?

Cette fin de semaine, tu es allé cueillir des pommes avec ta famille et un ami. Un autre ami apprend que tu as fait cette activité. Il est déçu parce qu'il aurait aimé être invité. Tu aurais aimé cela, mais il n'y avait qu'une place supplémentaire dans la voiture.

Que dis-tu à ton ami ?

Ton amie vient jouer chez toi. Tu as le droit de jouer 30 minutes à un jeu vidéo avec elle, alors tu proposes cette activité. Ton amie te répond : « On sait bien, toi, tu veux toujours jouer aux jeux vidéos ! » Tu penses que ton amie exagère et tu n'aimes pas lorsqu'elle te parle de cette façon.

Que dis-tu à ton amie ?



Tu t'es chicané avec ta sœur et tu l'as poussée.
Elle est tombée par terre et s'est fait mal
au bras. Ta mère arrive. Elle est
fâchée et demande ce qui s'est passé.
Tu as honte, alors tu réponds que tu n'as
rien fait. Ta sœur crie : « Tu mens ! »

Que dis-tu à ta sœur ?

Tu as oublié de rapporter un devoir signé en
classe et, en plus, tu n'as pas pensé à ramasser
ta chambre. Ta mère est très fâchée et elle crie.
Tu la vois rarement aussi en colère. Tu n'aimes
pas cela et tu décides de lui en parler.

Que dis-tu à ta mère ?

Tu remarques que ton grand frère n'est pas
dans son assiette. Il refuse toutes les activités
que ta mère lui propose. Elle essaie de
comprendre ce qui se passe, mais il ne dit rien.
Ton frère s'en va dans sa chambre sans
avoir mangé. Tu décides de le suivre.

Que dis-tu à ton frère ?

Tu as avoué à ta mère que tu es en amour
avec une personne de ta classe. La mère de
cette personne est une bonne amie de ta mère.
En sortant de l'école, tu surprends les deux
mères à parler de vous en chuchotant.
Cela te met mal à l'aise.

Que dis-tu à ta mère ?



Un élève de ta classe fait un bruit de pet pendant que l'enseignante donne des explications. L'enseignante l'avertit. Il répond que c'était ton idée, alors que c'est faux. Tu ne parles presque jamais à cet élève.

Que dis-tu à cet élève ?

Tu as eu une mauvaise note à un examen d'écriture important. Tu devais le faire signer par tes parents cette semaine, mais tu n'as pas eu envie de le leur montrer parce que tu ne voulais pas les décevoir. Ton enseignante te demande si tes parents ont vu ton examen.

Que dis-tu à ton enseignante ?

Un élève de ta classe t'explique qu'il joue du piano. Tu as envie de discuter de musique avec lui parce que tu joues de la guitare, mais il ne te laisse pas parler. Il se vante de ses prouesses. À un certain moment, tu peux placer quelques mots.

Que dis-tu à cet élève ?

Tu dois faire une communication orale après la récréation. Juste avant de sortir à l'extérieur, tu as l'impression que tu as oublié toute ta présentation. Tu deviens très stressé.

Ton enseignant s'en rend compte et te demande ce qui se passe.

Que dis-tu à ton enseignant ?



Tu es à une fête de famille avec tes parents, tes oncles, tes tantes et ta grand-mère. Au repas, ils se mettent tous à parler de toi. Ils disent que tu as grandi, que tu réussis bien à l'école, que tu fais de magnifiques dessins, etc. Tu n'aimes pas avoir toute cette attention tournée vers toi.

★ **Comment réagis-tu dans cette situation ?** ★

Tu es dans la cour d'école, à la récréation, et le nouvel élève de ta classe vient vers toi. Sa famille a immigré au Canada il y a peu de temps et il a commencé l'école avec ses cinq frères et sœurs hier. L'élève te parle dans sa langue maternelle et pleure. Tu ne comprends pas ce qu'il dit.

★ **Comment réagis-tu dans cette situation ?** ★

Tu vas voir ton petit frère dans la cour d'école pour jouer avec lui. Tu te rends compte que des élèves plus vieux que lui mais plus jeunes que toi sont en train de rire de lui.

Ton frère te dit que ce n'est pas grave, mais tu sens qu'il est triste et qu'il a honte.

★ **Comment réagis-tu dans cette situation ?** ★