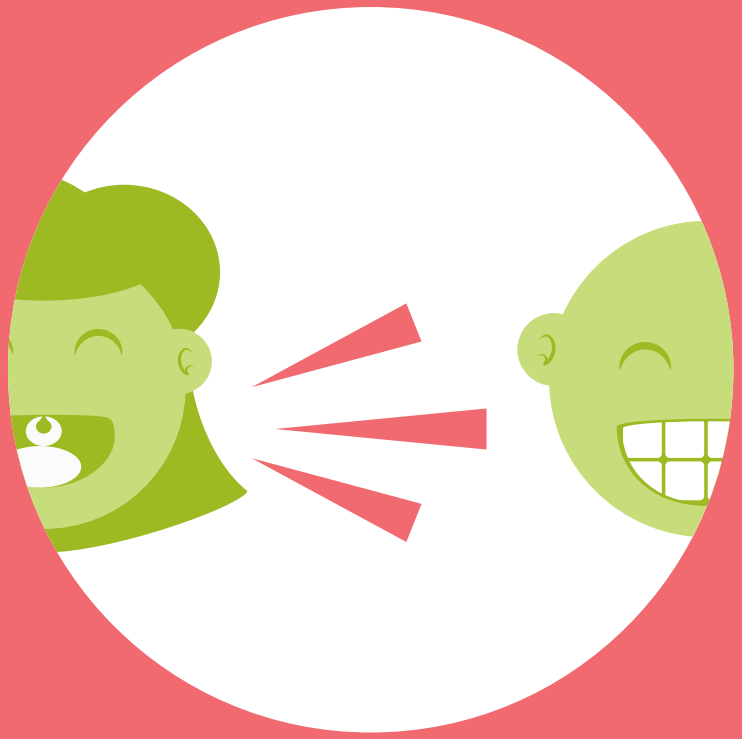
S'excuser



Apprendre à se faire pardonner

© Communoutils 2018

Parfois, on pose un geste qui met d'autres personnes en colère.

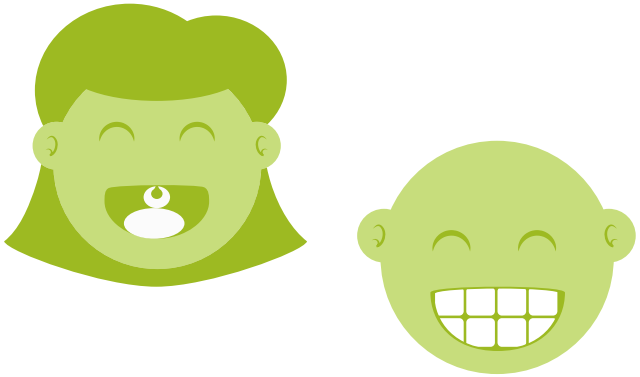
Ça peut arriver pour différentes raisons.

Parce qu'on est en colère.

Parce qu'on n'a pas réfléchi.

Parce qu'on ne s'entend pas.

Peu importe la raison, il est important de s'excuser.



Parce qu'on veut garder nos amis.

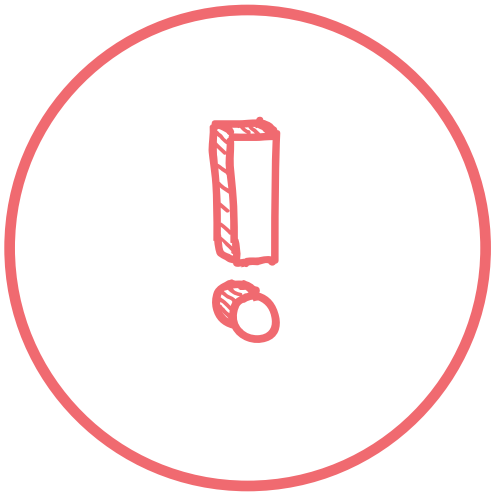
Parce qu'on veut bien s'entendre avec les autres.

S’excuser, c’est facile. Mais se faire pardonner, c’est plus difficile.

Pour y arriver, il faut s’excuser de la bonne façon.

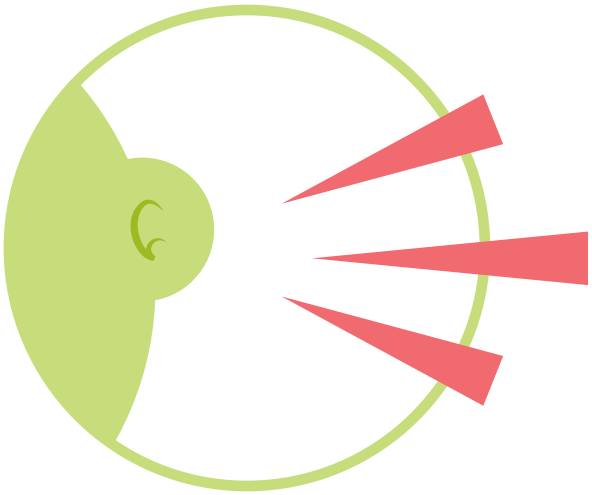
On doit comprendre ce qui s'est produit en réfléchissant à comment l'autre personne s'est sentie.

Si on croit qu'on a eu tort...



...il faut savoir ce qu'on doit faire pour que ça n'arrive plus.

Si on croit qu'on a eu raison...



...il faut écouter l'autre personne et voir comment on peut s'entendre.

Ensuite, on peut s'excuser à la personne.

© Communoutils 2018

Si tu veux t'excuser à quelqu'un, voici une petite fiche qui pourra t'aider à bien le faire.

© Communoutils 2018

À _____

Je m'excuse pour _____

_____

J'ai fait ça parce que _____

_____

Pour éviter que ça arrive encore _____

_____

Si tu n'es pas d'accord, j'aimerais en discuter avec toi!