

RÉPARATION



Pendant certaines des activités proposées dans les fiches, tu as peut-être réalisé que toi-même, tu as déjà fait des choses violentes. Tout le monde peut être violent à un moment dans sa vie, parfois même sans s'en rendre compte. Quand on a été violent envers quelqu'un, il est important de le reconnaître et de s'excuser. Ensuite, on peut essayer de réparer la relation.

- 1 **Reconnaissance** : Prends un moment pour réfléchir à une situation où tu as pu faire quelque chose de violent, même involontairement.
- 2 **Réparation** : Choisis une ou plusieurs cartes de réparation pour essayer de réparer la relation. Tu peux aussi inventer tes propres moyens de réparation.



Laisser du temps
et de l'espace
à la personne

Écrire un mot
d'excuse

Demander à la
personne de quoi
elle a besoin

Proposer une
activité ensemble
pour recréer du lien

Faire quelque
chose de gentil
pour la personne

Discuter de ce qui
s'est passé pour
mieux comprendre
l'autre

Écouter la personne
sans l'interrompre

