

FICHE AUTOÉVALUATION - ATELIER 6

Comment aider mon ami(e) à gérer sa peur ?



Voici différents points que tu peux évaluer ou sur lesquels tu peux t'autoévaluer :

1. J'ai aimé la vidéo.				
2. J'ai aimé les activités et les outils.				
3. J'ai appris à observer les indices de la peur chez l'autre.				
4. J'ai appris à être présent pour accueillir mon ami(e).				
5. Je suis capable d'accueillir l'émotion de l'autre avec bienveillance.				
6. J'ai appris comment proposer de l'aide.				
7. Je sais mieux parler des moqueries et les dédramatiser.				