

Boîte à outils

- Outil 3** Des exemples d'émotions
- Outil 4** Les déclencheurs et les réactions
- Outil 6** Les erreurs de raisonnement
- Outil 9** Les moyens pour appuyer ses idées

Outil 3 Des exemples d'émotions

Pour dialoguer, il est important de reconnaître les **émotions** que tu ressens et celles ressenties par les autres.



Définitions

Émotion: C'est ce qu'on ressent de façon soudaine et temporaire face à une situation, face à une ou des personnes, etc.

Outil 4 Les déclencheurs et les réactions

Une émotion est provoquée par un déclencheur (une pensée, ce que dit ou ce que fait une personne, un événement, etc.) et peut produire une réaction (une expression du visage, une parole, un geste, etc.)



Face à un danger, on peut ressentir ou exprimer de la peur ou du stress.



Après une réussite, on peut ressentir ou exprimer de la joie ou de la fierté.



Le même déclencheur peut faire réagir les personnes de façons très différentes.

Outil 6 Les erreurs de raisonnement

Lorsque tu exprimes ton point de vue, il est important d'utiliser un **raisonnement** clair. Tu dois aussi éviter les **erreurs de raisonnement**.

La double faute

Justifier un comportement en disant que d'autres personnes font la même chose ou pire encore.



Le faux dilemme

Faire croire qu'il n'y a que deux solutions possibles à un problème pour forcer quelqu'un à choisir la moins pire des deux, c'est-à-dire celle qu'on préfère.



L'argument d'autorité

Prétendre qu'un fait est vrai ou qu'une idée est bonne en s'appuyant incorrectement sur l'autorité d'une personne importante pour soi, d'une personne experte ou d'une personne très connue.



L'appel au stéréotype

Défendre une idée en disant que toutes les personnes d'un groupe se comportent et pensent de la même façon, sans tenir compte des différences entre les gens (âge, genre, origine, taille, etc.). Un stéréotype est une idée toute faite qui est généralement négative et basée sur des renseignements faux ou incomplets.



Définitions

Raisonnement: Suite logique d'idées qui mène à une conclusion.

Erreur de raisonnement: Raisonnement qui semble logique, mais qui contient des erreurs dans la façon de lier les idées ou de formuler une conclusion.

Outil 9 Les moyens pour appuyer ses idées

Les **moyens pour appuyer tes idées** permettent d'exprimer ton point de vue et de bien te faire comprendre.

Devrait-on faire de l'activité physique tous les jours à l'école?



Donner des raisons

Je pense que oui, **parce que** ça fait du bien au corps et à la tête.



Formuler un désaccord

Je ne suis pas d'accord. On a suffisamment de cours d'éducation physique. Ce n'est pas tout le monde qui aime faire du sport.



Donner des exemples

Je suis d'accord. **Par exemple**, après les cours d'éducation physique, je suis plus reposée et plus concentrée en classe.



Distinguer

Je pense qu'il faut **faire la différence** entre l'activité physique et les cours d'éducation physique.



Définir

C'est vrai. **Si on définit** l'activité physique, on peut dire que c'est « bouger ». On peut faire de l'activité physique n'importe quand et n'importe où, pas seulement dans les cours d'éducation physique.



Faire des liens avec les idées des autres

Pour **faire un lien avec ton idée**, on peut bouger pendant la récréation et pendant la pause du midi si on en a envie !



Définitions

Moyen pour appuyer ses idées: Manière de soutenir ses idées pour enrichir le dialogue.