

# La communication bienveillante à partager avec les enfants - inspirés par les 4 accords toltèques.

## 1. Tes mots sont comme des épées

Ta parole est comme une épée à double tranchant. Les mots peuvent faire du bien (aimer, rigoler, reconforter) ou du mal (blesser, rendre triste).

*Choisis tes mots avec prudence car ils sont aussi puissants que des armes.*

## 2. Ton bouclier sert à te protéger

Grâce à ton bouclier, tu peux ne pas être d'accord avec ce que les autres disent de toi et tu n'es plus touché par les paroles blessantes.

*Que les autres croient ce qu'ils veulent, toi, tu sais ce qui est vrai !*

Mais le bouclier ne doit pas prendre toute la place car il peut te couper du monde.

## 3. Ta quête est celle de la vérité

Est-ce que ce que je pense est vrai ? Je peux choisir d'aller chercher la vérité. Ça ne sert à rien de croire des histoires désagréables car cela rend malheureux. Il faut accepter qu'on ne peut pas tout savoir et que ce que l'on *croit* est souvent faux.

*Cherche toujours à savoir plutôt qu'à croire et tu trouveras la vérité.*

## 4. Fais toujours de ton mieux

Il arrive qu'on se sente parfois fatigué alors le "mieux" n'est pas très haut. Mais ce qui compte est de faire de son mieux aujourd'hui. Si tu fais toujours de ton mieux jour après jour, tu n'auras pas à t'en vouloir si parfois tu ne réussis pas quelque chose. Et surtout, tu n'auras pas de regret !

*Fais de ton mieux jour après jour !*

Source : Vidéo [La chevalerie relationnelle](https://vimeo.com/136811212) de Haute École d'art et de design Genève <https://vimeo.com/136811212>