**Les conseils de Nao : l’empathie**

**Adulte**: Salut Nao, comment ça va aujourd'hui ?

**Nao**: Salut l’équipe ! Ça va super bien aujourd'hui, merci. Et toi, comment te sens-tu ?

**Adulte**: Eh bien, je me sens un peu triste parce qu'il y a des enfants dans notre équipe qui sont parfois tristes. On ne sait pas toujours comment les aider à se sentir mieux.

**Nao**: Oh, ne t'inquiète pas, on va trouver comment les aider.

**Adulte**: Merci, Nao. Tu es toujours plein d'idées. Peux-tu nous expliquer ce qu'est l’empathie ?

**Nao**: Bien sûr ! Imaginez que l’empathie est un pouvoir magique qui te permet de comprendre les émotions de tes amis.

**Adulte**: Et si l'un de nos amis est en colère ou frustré, comment pouvons-nous lui montrer notre pouvoir d'empathie ?

**Nao**: Quand quelqu'un est en colère, tu peux l'écouter vraiment et lui dire des mots gentils comme "Je comprends pourquoi tu es en colère". Ou bien, tu peux le consoler en lui offrant un sourire ou en lui proposant de jouer ensemble pour lui changer les idées.

**Adulte**: D'après toi, Nao, est-ce important d’être empathique ?

**Nao**: Bien sûr que oui ! Être empathique permet à tout le monde d'être plus heureux ! Quand tu montres à tes amis que tu te soucies d'eux et que tu veux les aider, ça rend vos amitiés encore plus fortes et joyeuses.

**Adulte**: C'est une belle idée. As-tu d'autres exemples de ce que les enfants peuvent faire pour être empathiques envers leurs amis ?

**Nao**: Oui ! Si un ami est joyeux, tu peux partager cette émotion avec lui en célébrant ensemble et en partageant des moments rigolos.

**Adulte**: Ce sont des conseils super, Nao ! Comment pouvons-nous encourager les enfants à utiliser leur empathie tous les jours ?

**Nao**: Les adultes peuvent montrer l'exemple en étant empathiques nous-mêmes, en écoutant attentivement leurs sentiments et en les encourageant à parler de leurs émotions. Ça leur montre que c'est normal d'être gentil et de se soucier des autres.

**Adulte**: Merci, Nao, pour toutes ces explications super sur l'empathie. Ça nous a beaucoup aidé à voir comment nous pouvons tous former une équipe où l'on s'écoute, se comprend et s'aime.

**Adulte**: Nao, aimerais-tu être dans notre équipe ?

**Nao**: Oh oui, j'aimerais beaucoup être dans votre équipe ! C'est super de discuter de ça avec vous. Ensemble, nous pouvons créer une équipe où chacun se sent écouté, compris et aimé.

**Adulte**: Absolument ! Merci encore, Nao.

**Nao**: À bientôt, les amis !