



9. Je parle au « je ».

En faisant bien attention d'utiliser le « je » quand je parle de moi.

Ainsi, plutôt que de dire :

« Maman va t'aider à mettre ton chapeau » ou
« Maman t'as demandé de t'asseoir ».

dites :

« **Je** vais t'aider à mettre ton chapeau » et
« **Je** t'ai demandé de t'asseoir ».

Comme cette habitude peut être difficile à changer, vous pouvez mettre votre conjoint(e) et/ou vos enfants dans le coup.