

COMMUNICATION NON VIOLENTE

Mme Louise ROMAIN – 17/10/13

Besoins

Bien-être

Santé Sustainence
Repos
Durabilité

Sécurité

Confort
Confiance
Détente
Protection
Sécurité émotionnelle
Stabilité
Structure, ordre

Paix / beauté

Être acceptée
Appréciation, gratitude
Équilibre
Aisance
Harmonie
Présence
Recréation
Simplicité

Expression

Autonomie

Choix
Congruence
Continuité
Liberté
Honnêteté
Intégrité
Pouvoir
Transparence
Ouverture
Unicité

Créativité

Découverte
Plaisir
Humour
Inspiration
Joie
Passion
Spontanéité

Contribution / sens

Relation

Amour / soin

Affection
Proximité
Intimité
Expression sexuelle
Valeur
Toucher

Empathie / compréhension

Conscience
Clarté
Communication
Confirmation
Présence
Reconnaissance de mon
intention
Respect mutuel
Sensibilité
Être vue

Communauté / appartenance

