

les histoires de mauricette

LES MESSAGES

CLAIRS



1. Observer " Quand tu me dis/fais... "

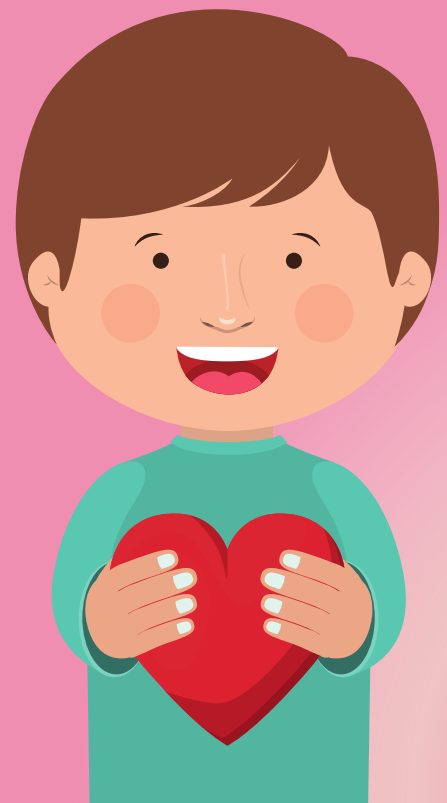
2. Mon émotion " Je me sens... "

3. Mon besoin " Je souhaite que... "

4. Ma demande

" Es-tu d'accord de... ? "

Si refus, trouver ensemble un accord.



communication bienveillante