



Pourquoi je souhaite pratiquer la CNV ?

Souligner les phrases qui vous concernent

Je manque de confiance en moi.

J'ai peu d'estime de moi.

Je n'arrive pas à prendre des décisions.

Je n'arrive pas à gérer mon temps et mes priorités.

Je n'ose pas m'exprimer de peur de blesser l'autre.

Je rencontre des problèmes de santé, je me sens stressé et déprimé.

Je suis timide et j'ai du mal à m'affirmer.

J'ai du mal à dire non.

Je me laisse influencer par l'autre et réalise ensuite que cela ne me convient pas.

Je ne vois pas comment obtenir ce que je veux sans être violent ou agressif.

Il y a des situations où je n'arrive pas à écouter les autres ou à les accueillir comme je le souhaiterais.

Je me sens face à un mur.

Je ne supporte plus son silence.

Je ne comprends pas pourquoi l'autre se montre agressif.

Je me sens démuni face à la violence et à l'agressivité.

Je dois gérer des personnalités difficiles et des publics agressifs.

Je fais face à des personnes en difficulté et je ne sais pas comment les aider.

Je suis témoin de conflits et je ne sais pas comment réagir.

Je traverse des conflits et j'aimerais en sortir.

Je souhaite prévenir le harcèlement moral et la violence au travail.

J'ai été victime de harcèlement moral et je veux m'en sortir pour éviter que cela ne se reproduise.

J'exerce un métier dans la relation d'aide et je souhaite enrichir ma pratique.

Je suis bénévole dans une association et je souhaite davantage de cohérence entre ma mission et mes compétences personnelles.

Je voudrais arrêter de fumer et de boire, mais je n'y arrive pas.

Je prends des décisions, mais je n'arrive pas à les tenir.

Je manque d'espace pour moi-même.

Est-ce qu'il y a autre chose ?
