

# Pratiquer l'auto-empathie

La situation :

**Mon intention**

Mes pensées et jugements
Mon observation
Mes sentiments
Mes besoins
Ma demande

concertience.fr

La situation :

**Mon intention**

Mes pensées et jugements
Mon observation
Mes sentiments
Mes besoins
Ma demande

concertience.fr

La situation :

**Mon intention**

Mes pensées et jugements
Mon observation
Mes sentiments
Mes besoins
Ma demande

concertience.fr

La situation :

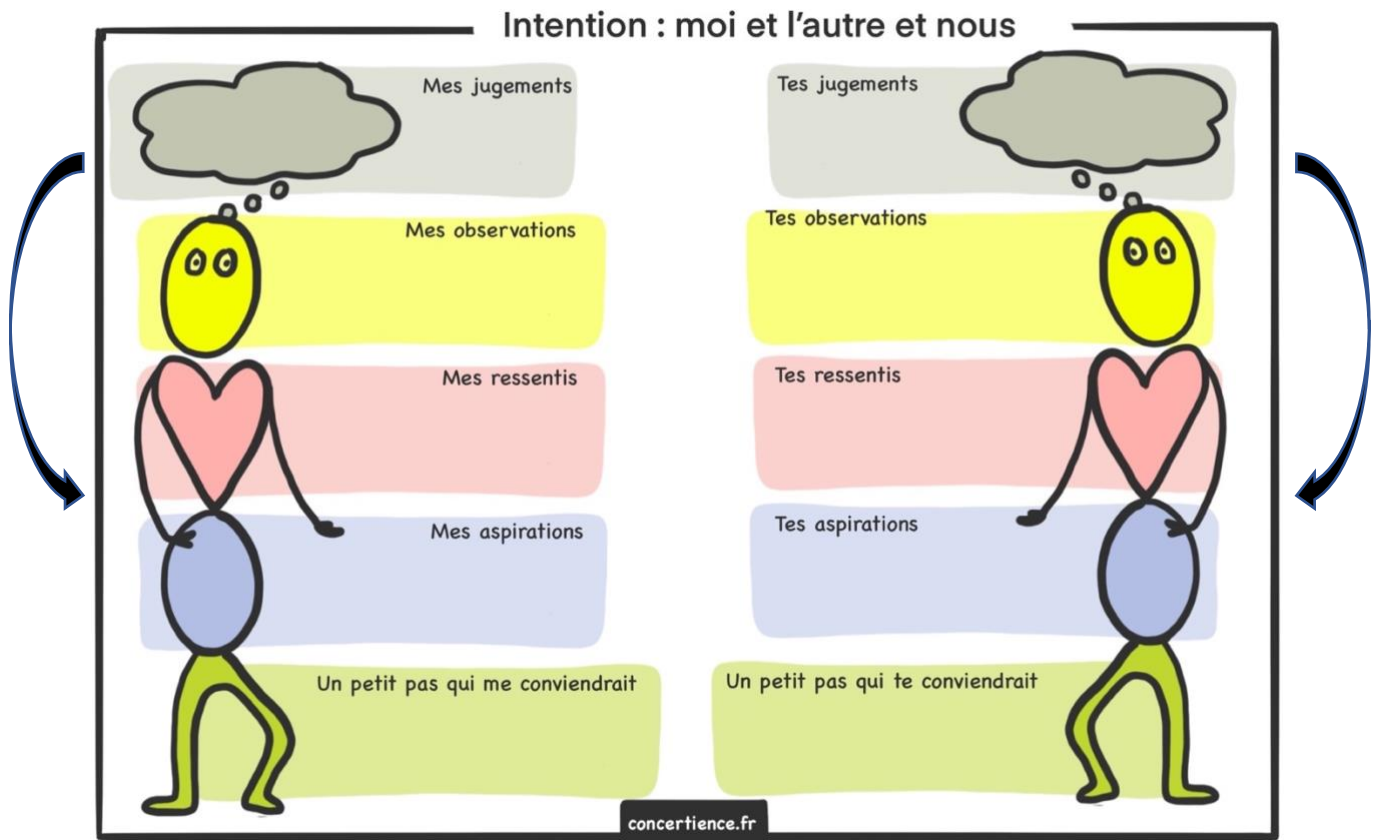
**Mon intention**

Mes pensées et jugements
Mon observation
Mes sentiments
Mes besoins
Ma demande

concertience.fr

## Relire un dialogue

La situation :



La situation :

