

CNV COURS 6 9 novembre 22

Retour sur les classes précédentes :

Qu'avez-vous appris ? compris ?

Qu'avez-vous modifié éventuellement dans vos comportements ou pensées ?
avec vous ? Avec les autres ?

Commentaires rapides sur le contenu de la première partie de zapocet

Sketch à 4

Les besoins :

Chaque émotion ressentie est liée à un besoin satisfait ou pas.

Mais quels sont vraiment nos besoins ?

Sont-ils communs à tous ou existe-t-il des besoins singuliers ?

Existe-t-il des familles de besoins ?

Pour le comprendre :

Chaque étudiant dispose de 20 minutes de réflexion pour définir ses besoins propres. Chacun vient noter au tableau la liste de ses besoins.

Mise en commun et commentaires

Créations de groupes de besoins

Visuel de la pyramide des besoins de Maslow

Jeu de cartes des besoins pour travail personnel en français et en tchèque