**COURS CNV 9 30 novembre 2022**

**Retour sur les besoins :**

Associer ces besoins avec une catégorie :

Apprendre

Créativité

Appartenance

Beauté

Contribuer

Sens

Partager

Célébrer

**L’expression des besoins :**

* **Observation de phrases pour savoir si les expressions contiennent une évaluation fiche 1**
* **Petite histoire de la réunion entre collègues au travail pour comprendre que les besoins sont singuliers**
* **Fiche de vocabulaire des sentiments lorsque les besoins sont correctement exprimés ou non**
* **Comment vous exprimez si :**

*Vous vous sentez seule*

*Vous êtes fatiguée*

*Vous vous sentez énervée*

*Vous êtes inquiète*

* **Observez ces phrases et dites si elles expriment correctement le besoin ou bien si elles cachent une évaluation Fiche 2**
* **Dans les phrases suivantes dites si le besoin est exprimé. Si non reformulez Fiche 3**

**Avoir un besoin et faire une demande :**

**Observation du bonhomme CNV pour comprendre le processus visuel**

**Les 6 critères de la demande**

**La langage chacal et le langage girafe : introduction des types dans la communication**

**Vous pouvez faire une demande pour connecter avec l’autre ou bien pour proposer une action concrète**

**Exemples pour différencier**

**6 critères pour une demande valable :**

**Elle s’adresse à une personne précise**

**Elle concerne le présent**

**Elle est concrète**

**Elle est exprimée dans une forme positive**

**Elle est réalisable**

**Elle laisse le choix**

