

mal
DOULEUR

EMOTION

malaise
Dépression
perdue
angoissé
AGRESSION

épreuve
ANXIÉTÉ
souffrance
TRISTESSE
Colère
Peur
DESEQUILIBRE
STRESS



clés
pour
s'en
sortir

alerte
SIGNAL
Sensation

S1

Contacter le malaise **EN SOI**

touché
écrasé
Se laisser
vidé
SENTIR
BLESSÉ
S'abandonner

Sentir à l'intérieur de soi



Origine
(Le déclencheur)

Option
(L'adaptation)

Geste
Attitude
déclencheur
EVENEMENT
CHOC
Parole

**STI
MU
LUS**



**EN
VIE**

REACTION
Geste
FUIITE
LUTTE
INHIBITION
CRI
Larmes
AGITATION
Attitude

En comprendre le **SENS**

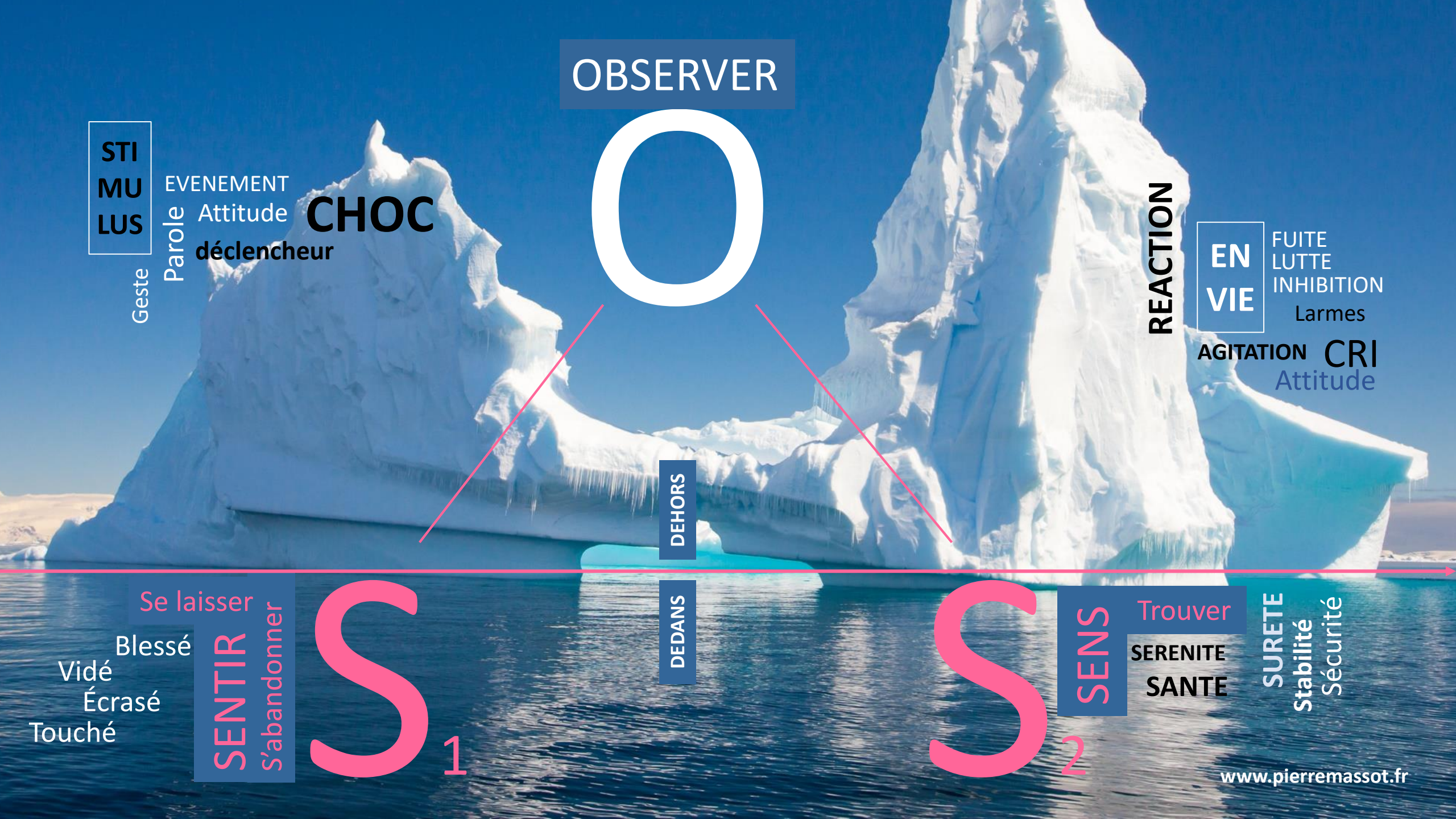
Signification
SENS
LOGIQUE
Servir

2

Pour Quoi ?



Stabilité
satisfaction
SERENITE
Source
spécificité
SANTE
satiété
SECURITE
SECRET
SURETE
sacré



OBSERVER

O

STI
MU
LUS

Geste

EVENEMENT

Parole

Attitude

déclencheur

CHOC

REACTION

EN
VIE

FUITE
LUTTE
INHIBITION
Larmes

AGITATION CRI
Attitude

DEHORS

DEDANS

Se laisser

Blessé

Vidé
Écrasé
Touché

SENTIR

S'abandonner

S₁

Trouver

SERENITE
SANTE

SURETE
Stabilité
Sécurité

SENS

S₂

