

A close-up photograph of a woman's face, focusing on her eyes and nose. She has light-colored hair and freckles on her nose and cheeks. Her eyes are green and looking directly at the viewer. The lighting is soft, highlighting her features.

mal
DOULEUR

EMOTION

malaise
Dépression
perdue
angoissé
AGRESSION

épreuve
ANXIETE
TRISTESSE
colère
Peur
DESEQUILIBRE

souffrance

STRESS



clés
pour
s'en
sortir

alerte
 SIGNAL

Sensation

S1

Sentir à l'intérieur de soi

Contacter le malaise **EN SOI**

touché
écrasé
Se laisser
vidé

SENTRIR
BLESSÉ

s'abandonner



Observer

Origine
(Le déclencheur)

Option
(L'adaptation)

EN
VIE

REACTION
Geste CRI
Larmes
AGITATION
Attitude

Geste

Attitude
déclencheur
EVENEMENT
CHOC
Parole

STI
MU
LUS

En comprendre le **SENS**

Signification

SENS

LOGIQUE

Servir

Pour Quoi ?

S²

2

2





