Abri	**Alimentation**
Expression sexuelle	**Lumière**
Mouvement	**Reconnaissance**
Respiration	**Stimulation sensorielle**

© Paul-Georges Crismer, CNVC
Formateur certifié du CNVC
paul@conforit.be
http://www.conforit.be
agenda des formations : http://bit.ly/agenda-cnv

Sécurité
(affective et matérielle)

Préservation
(du temps, de l'énergie)

Protection

Réconfort

Soutien

Jeu

Défoulement

Récréation

© Paul-Georges Crismer, CNVC
Formateur certifié du CNVC

paul@conforit.be

http://www.conforit.be
agenda des formations : http://bit.ly/agenda-cnv

Ressourcement	**Accomplissement**
Apprentissage	**Authenticité**
Beauté	**Conscience**
Créativité	**Croissance, évolution**

© Paul-Georges Crismer, CNVC
Formateur certifié du CNVC
paul@conforit.be
http://www.conforit.be
agenda des formations : http://bit.ly/agenda-cnv

Expression

Inspiration

Intégrité

Paix

Réalisation

Sens
(compréhension, direction)

Sincérité, honnêteté, authenticité
(qui nous permet de tirer des leçons de nos limites)

Spiritualité

© Paul-Georges Crismer, CNVC
Formateur certifié du CNVC

paul@conforit.be

http://www.conforit.be
agenda des formations : http://bit.ly/agenda-cnv

Autonomie	**Liberté, Choix**
Indépendance	**Choisir ses rêves, objectifs, valeurs**
Choisir les moyens de réaliser ses rêves	**Interdépendance**
Acceptation	**Affection**

© Paul-Georges Crismer, CNVC
Formateur certifié du CNVC
paul@conforit.be
http://www.conforit.be
agenda des formations : http://bit.ly/agenda-cnv

Appartenance	**Appréciation**
Chaleur humaine	**Confiance**
Considération	**Contribution à la vie** **(la sienne, celle des autres)**
Réciprocité	**Empathie**

© Paul-Georges Crismer, CNVC
Formateur certifié du CNVC
paul@conforit.be
http://www.conforit.be
agenda des formations : http://bit.ly/agenda-cnv

Intimité, proximité

Partage, participation

Respect
(de soi, de l'autre)

Célébration

Appréciation de la vie et des réalisations

Commémoration des deuils et des pertes
(d'une affection, d'un rêve...)

Ritualisation

Partage des joies et des peines

© Paul-Georges Crismer, CNVC
Formateur certifié du CNVC

paul@conforit.be

http://www.conforit.be
agenda des formations : http://bit.ly/agenda-cnv

Repos	Harmonie
Amour	Hydratation
Eliminer	Contact physique
Douceur	Relation, Connexion

© Paul-Georges Crismer, CNVC
Formateur certifié du CNVC
paul@conforit.be
http://www.conforit.be
agenda des formations : http://bit.ly/agenda-cnv