

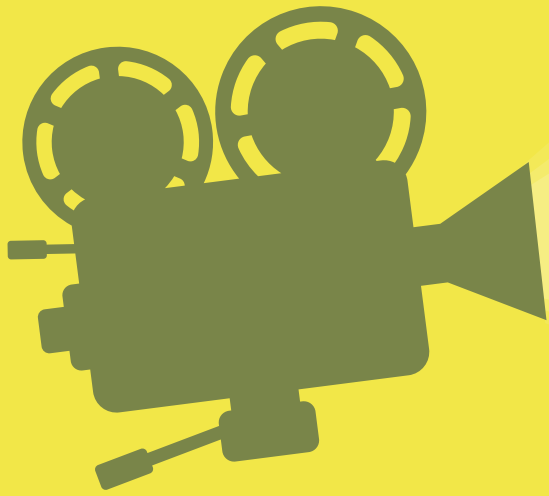
Quelle est mon

**Intention**

Connexion ≠ Résultat

# Observation

≠ évaluation, pensées,  
jugements



# Sentiments

≠ sentiments mêlés à des  
évaluation

# Besoins

≠ Stratégies

# Demande



≠ Éxigence

À moi ?

À l'autre ?

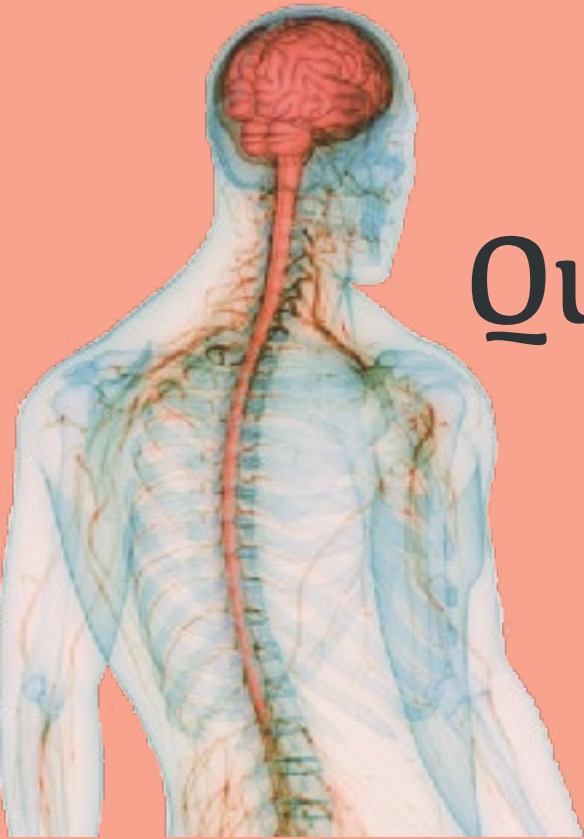
À qqn d'aurte?

# Pensées

Ce que je me raconte,  
mes jugements,  
mes évaluations.



# Ressentis corporels



Qu'est-ce qu'il se passe  
dans mon corps ?

# L'énergie du besoin

Comment ça serait si ce besoin  
était pleinement rejoint ?

**Quelle est ma  
disponibilité  
pour entrer  
dans le dialogue ?**

# Observation

EXPRESSION AUTHENTIQUE

Je dis ce qui est vivant en moi

# Sentiments

# Besoins

# Demande

# Observation

ÉCOUTE EMPATHIQUE

Je me relie à ce qui est vivant chez l'autre

# Sentiments

# Besoins

# Demande

# JACKAL SHOW



<https://felixlaunay.fr>