Puissance

confiance-efficience-épanouissement

Liberté de parole et de critique

- Poser des questions
- Désaccord opposition
- Dire mes besoins

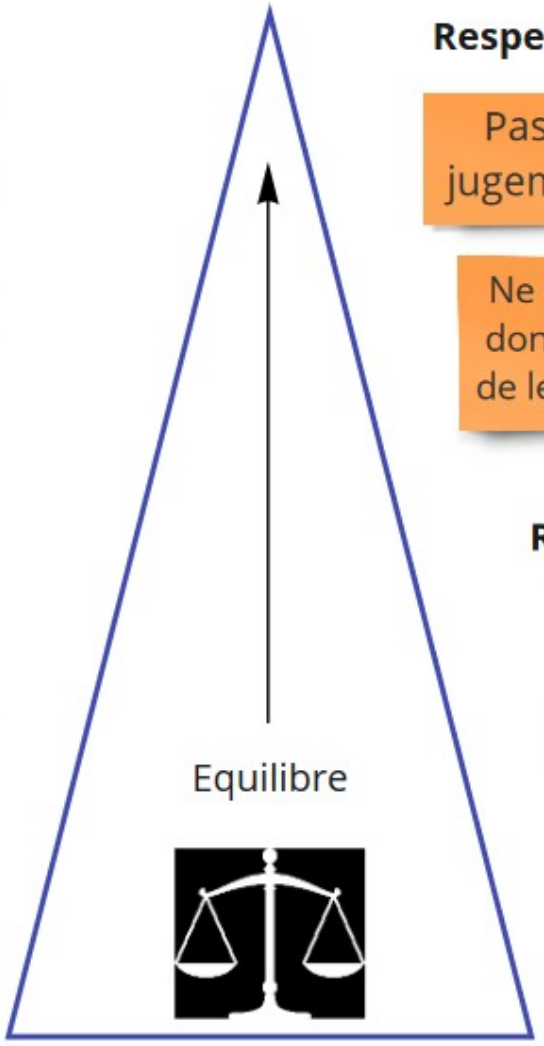
Respect du cadre

- Faire des pauses

Écouter son corps et ses besoins

- Pouvoir aller et venir librement
- Bailler
- Pouvoir arrêter la caméra

Permissions



Respect de l'intégrité de touste

- Pas de jugements
- confidentialité
- Respect entre les membres
- Ne pas donner de leçon
- Que le groupe me dise si je dérange

Respect de la politesse

- Éviter les grossieretés
- droit de pas répondre

Pouvoir exprimer sa part profonde

- Droit à l'expression des émotions

Protections