Règle 1

Je prends soin de moi

sans m'obliger à faire ce que je ne souhaite pas faire

Règle 2

Je parle
depuis le “je”

sans prétendre détenir la vérité

Règle 3

Je dialogue pour comprendre l'autre

sans chercher à le changer,
ni à expliquer,
ni commenter ce qui lui arrive

Règle 4

Après l’atelier, je garde pour moi ce que j’ai observé et entendu des autres

Principe 1

Je ne connais pas de manière d'interagir qui convienne à toutes et à tous

Principe 2

Je pense qu’il existe une multitude de manières d'interagir qui vont plus ou moins ME convenir

Principe 3

Ce qui ME convient à moi,
ne convient pas
forcément aux autres

Principe 4

Ce qui convient aux autres ne ME convient pas forcément

Principe général issu des 4 autres

Je peux dire ce qui me convient et ce qui ne me convient pas

Je ne peux pas me prononcer sur ce qui serait convenable et ce qui ne le serait pas