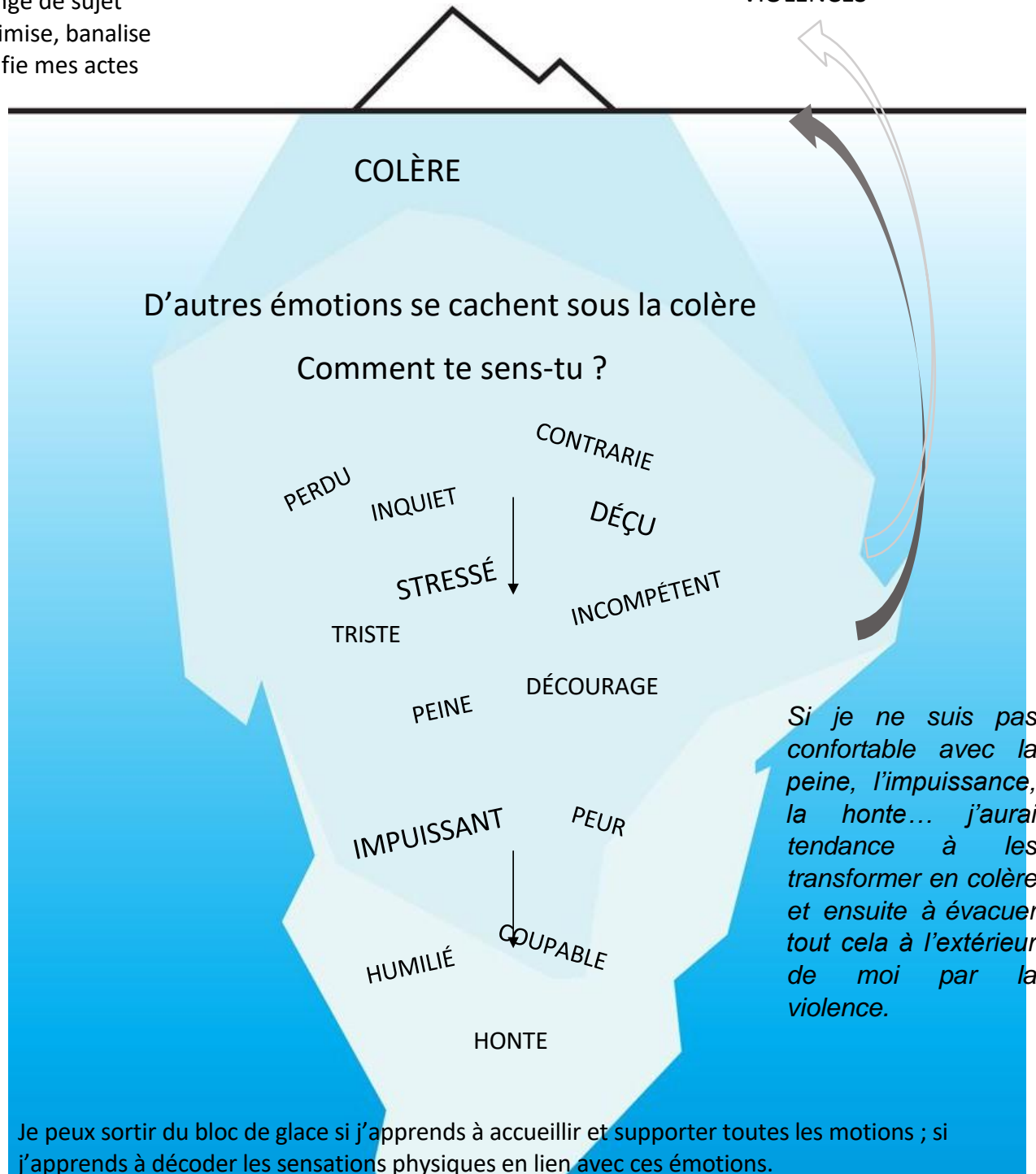


Je suis en haut quand :

- Je sens de la haine/rage
- Je parle de l'autre
- Je change de sujet
- Je minimise, banalise
- Je justifie mes actes

L'ICEBERG de la COLERE

Colère + Impulsivité + Accumulation
= RISQUES de
VIOLENCES



JE RESPIRE – J'ECOUTE – J'OBSERVE – J'ACCEPTÉ – JE CHOISIS

Praxis

A.S.B.L.

Largement inspiré d'un document créé pour A.C.C.R.O.C., 8 avril 2020.

Site Web : www.accroc.qc.ca