

Micro lexique de la CNV

l'empathie	reprocher qch à qun
la bienveillance	avoir besoin de
le jugement	répondre à / satisfaire / combler un
avoir confiance en	besoin
encourager	être sur la défensive
ressentir (du, de la...)	se disputer
éprouver (du, de la...)	se plaindre
aspirer à	moralisateur, moralisatrice

1.b. Parmi ces adjectifs, lesquels expriment un véritable sentiment personnel, et lesquels rejettent implicitement la faute sur l'autre personne?

anxieux	impatient
attaqué	impuissant
choqué	ignoré
confus	incompris
contrarié	inquiet
de mauvaise humeur	jaloux
débordé	mal à l'aise
découragé	malheureux
déçu	maltraité
désespéré	mécontent
dévalorisé	méprisé
en colère	nerveux
énervé	paniqué
épuisé	persécuté
fâché	pessimiste
fragile	rejeté
furieux	seul
gêné	trahi
honteux	triste