Je veux résoudre UN PROBLÈME sans violence :

sans violence: 1. J'observe ce qui se passe sans juger: Je peux écrire tout ce qui me vient, qui me fait du bien d'exprimer.		sans violence: 1. J'observe ce qui se passe sans juger: Je peux écrire tout ce qui me vient, qui me fait du bien d'exprimer.	
3. J'exprime mon besoin		3. J'exprime mon besoin	
4. Ma stratégie :		4. Ma stratégie :	

Je veux résoudre UN PROBLÈME