

Règles du cercle de partage

- Nous acceptons de rester présents, de ne pas quitter le groupe durant un cercle de partage.
- Nous acceptons de ne pas interrompre.
- Nous acceptons de ne parler qu'un seul à la fois.
- Nous acceptons de ne parler qu'après avoir obtenu la parole.
- Nous acceptons de ne pas tenir de messes basses ou chuchoter avec nos voisins.
- Nous acceptons de ne parler que de nous-mêmes en utilisant des « messages-JE ».
- Nous acceptons de nous adresser au groupe dans son ensemble et non à une personne en particulier.
- Nous acceptons de regarder la personne qui parle et de lui accorder notre pleine attention.
- Nous acceptons de laisser chacun exprimer ce qu'il ressent.
- Nous acceptons de respecter tout ce qui est exprimé.
- Nous acceptons de respecter la confidentialité sur ce qui se passe pendant les sessions et de ne faire aucun commentaire sur les autres, ni pendant ni après la session.