

Aversif

Appétitif

Expérience
Sensorielle

T1
C1

T2
C2

Ce que je fais pour me débarrasser de mes souffrances

CT	LT	V
----	----	---

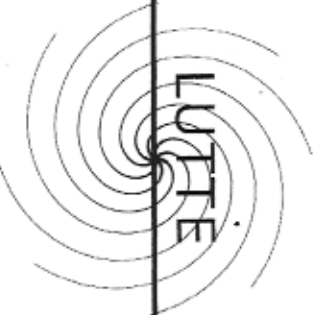
Ce que je fais pour me diriger en direction de mes valeurs

SOUFFRANCES

ENGAGEMENTS

M'éloigner

M'approcher



1
2
3
4

Moi

SOUFFRANCE

VALEURS

Ce que j'ai en moi et que je ne veux pas avoir (pensées, images, souvenirs, sensations physiques, envies ...)

Ce qui est important pour moi dans la vie, la(les) direction(s) que je choisis donner à mes actions

Expérience
Mentale