

*Mieux comprendre et ressentir que je n'ai plus envie d'être victime ou de m'apitoyer : une collègue de travail, qui est enceinte, n'arrête pas de se plaindre. Ce comportement peut empoisonner l'environnement et les personnes qui se trouvent à proximité. Je me rends mieux compte, maintenant, des effets que cela peut avoir lorsque je me comporte de cette manière.*