

# DISTINGUER

les faits • les sentiments • les opinions



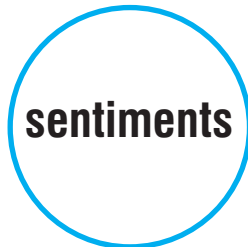
**faits**

**la réalité**

Tout ce qui est factuel, que l'on peut noter ou garder une trace



**OBJECTIF**



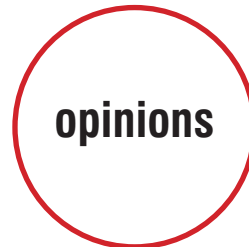
**sentiments**

**les ressentis**

Ce qui relève de l'émotionnel : les émotions, les ressentiments...



**SUBJECTIF**



**opinions**

**les idées**

Tout ce qui relève de nos référentiels (culture, éducation, inconscient collectif...)



**SUBJECTIF**



[www.rsg-conseils.fr](http://www.rsg-conseils.fr)