**Construa dois FB (um de crescimento e outro de manutenção), utilizando o modelo da CNV para DUAS pessoas da sua FAMÍLIA ou AMIGOS.**

**Feedback para Letícia Simões:**

FB de Crescimento:

**Eu me sinto** em paz e vejo o mundo colorido, **quando você** me fala o que eu preciso ouvir e estou com você, **pois eu preciso de** alguns momentos assim para expulsar más vibrações e um pouco da tenção.

FB de Manutenção:

**Eu me sinto** traído **quando você** não me fala o que preciso ouvir em relação a nós ou a equipe, **pois eu preciso** **de** ações para os possíveis danos emocionais que podem acontecer aos outros caso eu saiba sobre o que você viu ou viveu, e saber e conhecer quem esta do meu lado.

**Feedback para Marcus Vinicius:**

FB de Crescimento:

**Eu me sinto** muito feliz**, quando você** me vê como um aconselhador e me sinto mais feliz ainda quandoconsegue conquistar suas coisas e se supera por conta própria, **pois eu preciso de** alguém que consiga se auto realizar e que se supere, isso me alegra e me deixa muito feliz.

FB de Manutenção:

**Eu me sinto** como se você estivesse colocado uma faca nas minhas costas e nos meus olhos, **quando você** faz coisas pelas minhas costas a respeito de mim e age como se nada tivesse acontecido como seu eu não soubesse de nada e tem atitudes imaturas, principalmente perto de meninas**, pois eu preciso de** gente fiel que ao meu lado e não de traidores. Homens e não crianças.