

ami·e(s)

collègue(s)

**groupe
de soutien**

enfant(s)

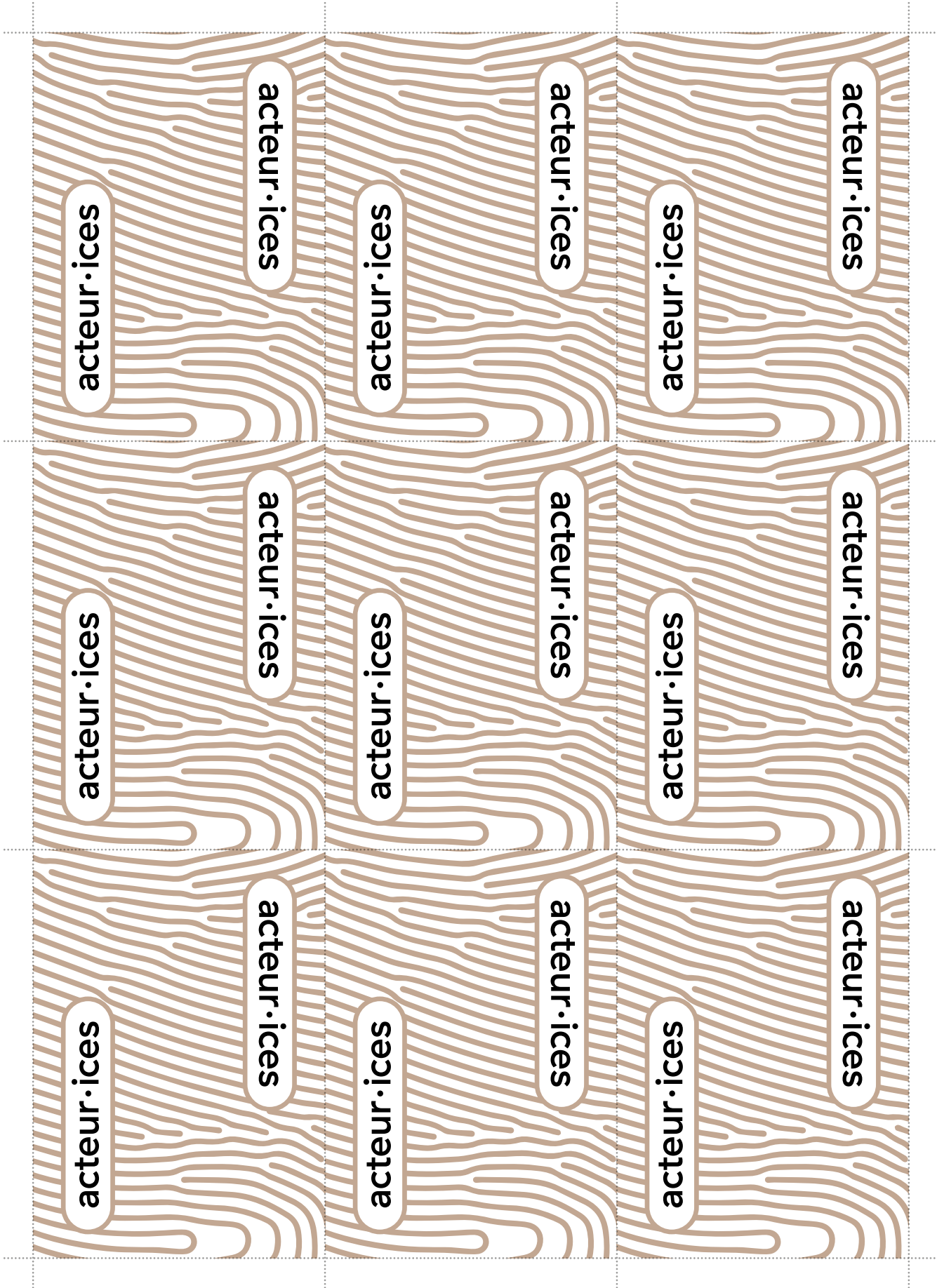
**professionnel·le(s)
de la santé et
du social**

**animal de
compagnie**

partenaire(s)

parent(s)

**supérieur·e
hiérarchique**



rencontre

autre

sœur(s)/frère(s)

parentalité

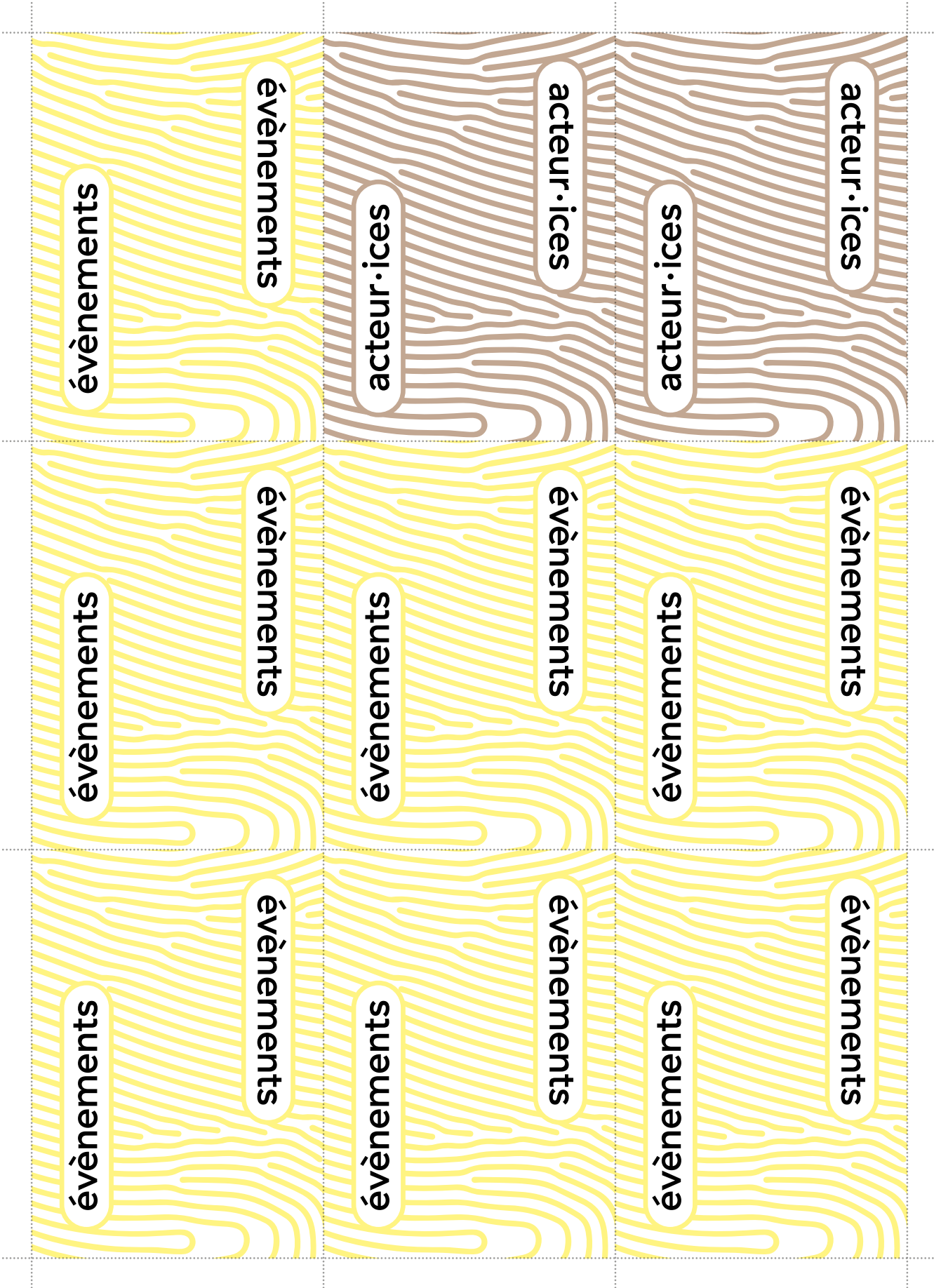
deuil

rupture

**mauvaise
nouvelle**

traumatisme

**changement
important**



accident

mort

accomplissement

réconciliation

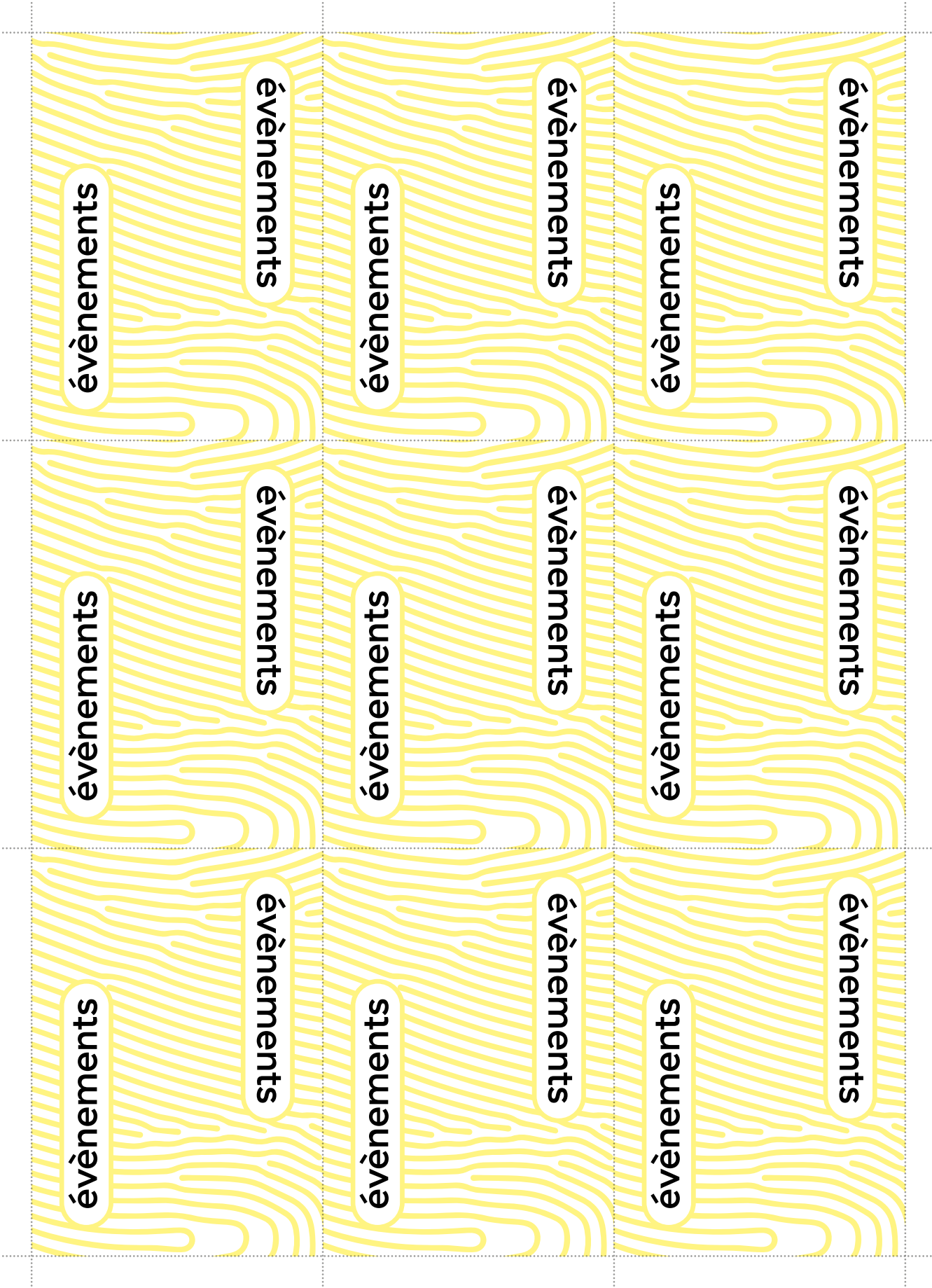
**épisode
de crise**

rechute

conflit

autre

violence(s)



hôpital

maison

travail

en société

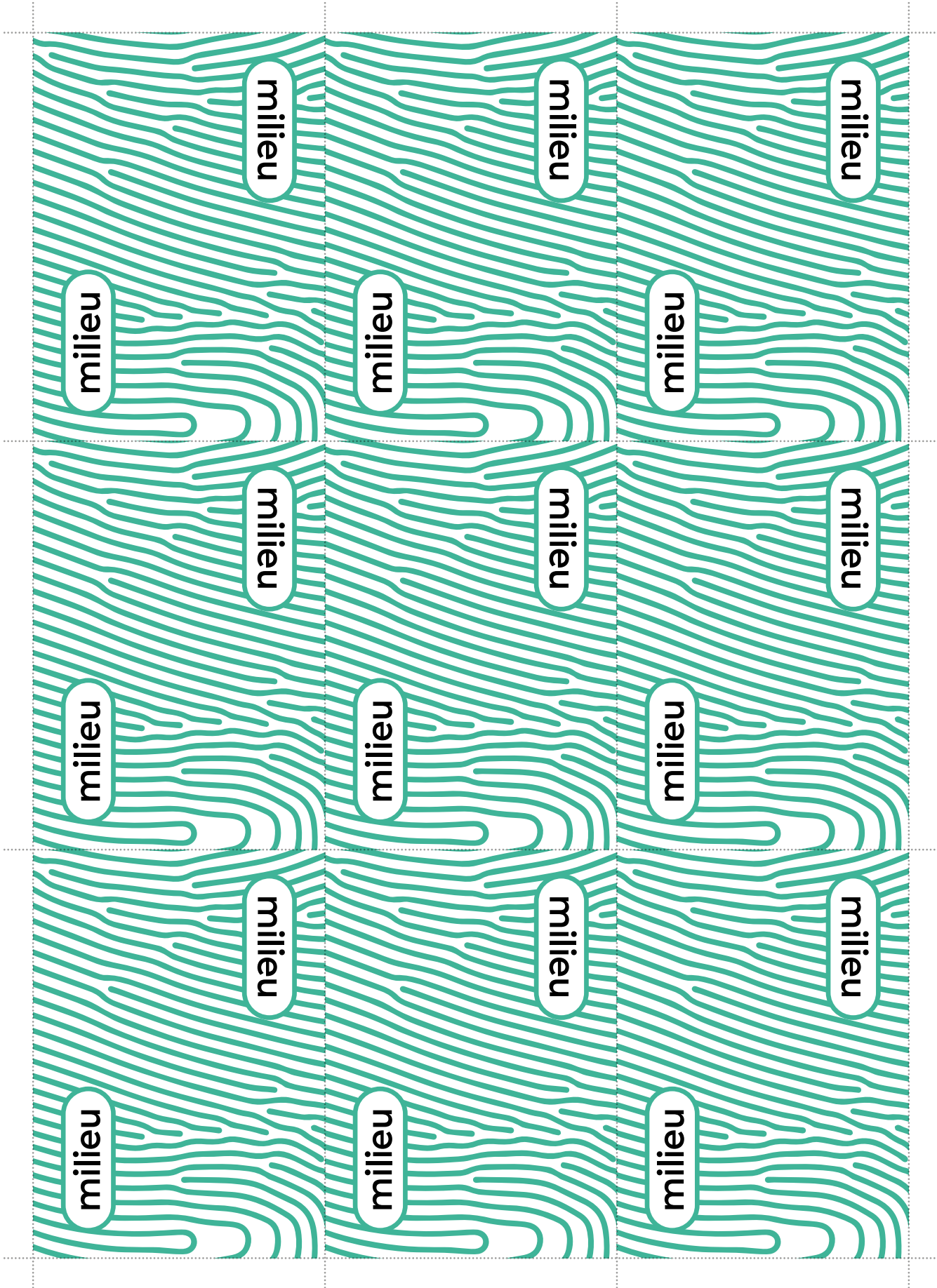
école

EMS
**(établissement
médico-social)**

famille

ami·es

couple



loisirs

seul·e

autre

confiance

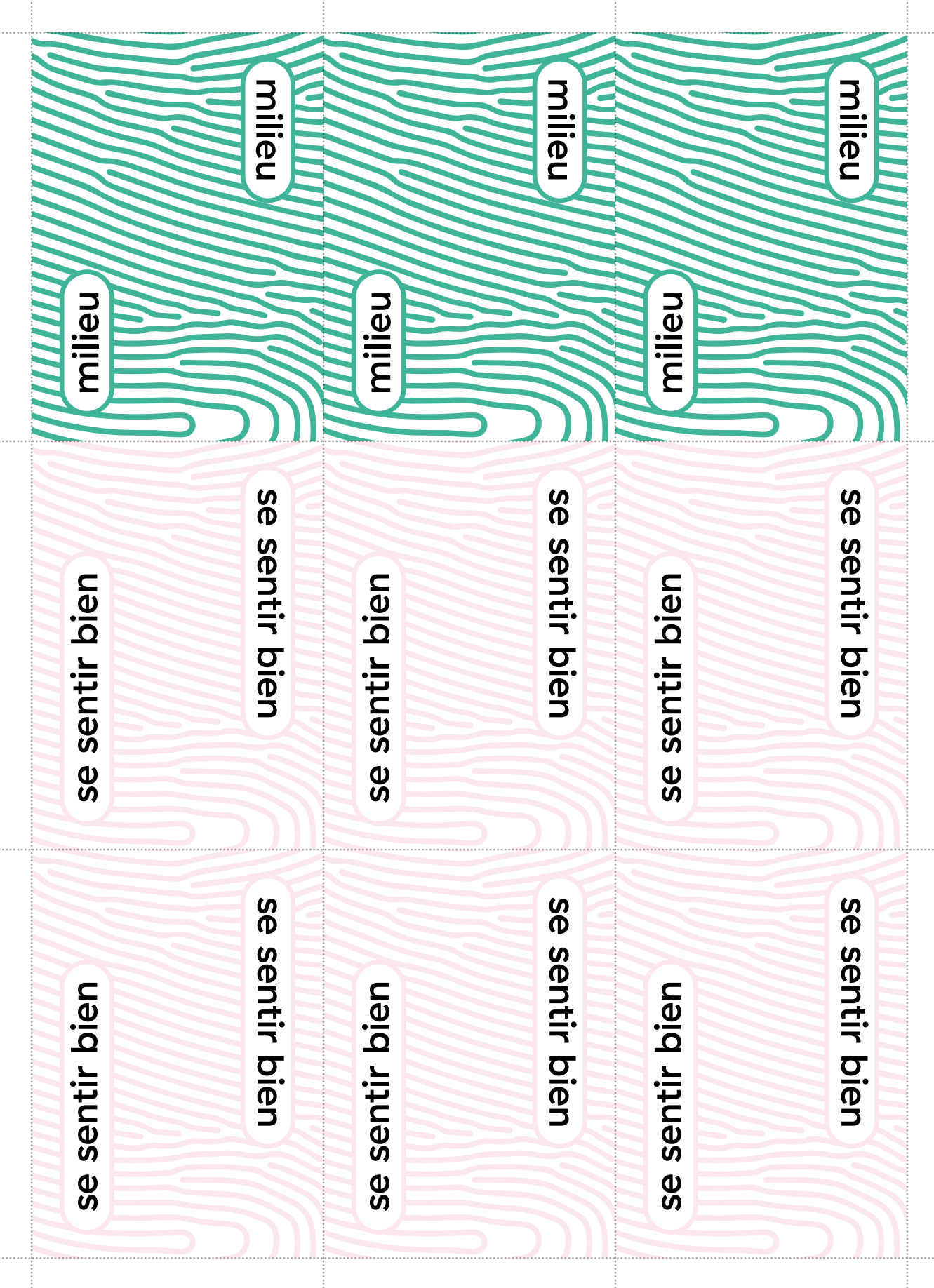
respect

justice

sérénité

reconnaissance

amour



autonomie

équilibre

liberté

**relations
positives**

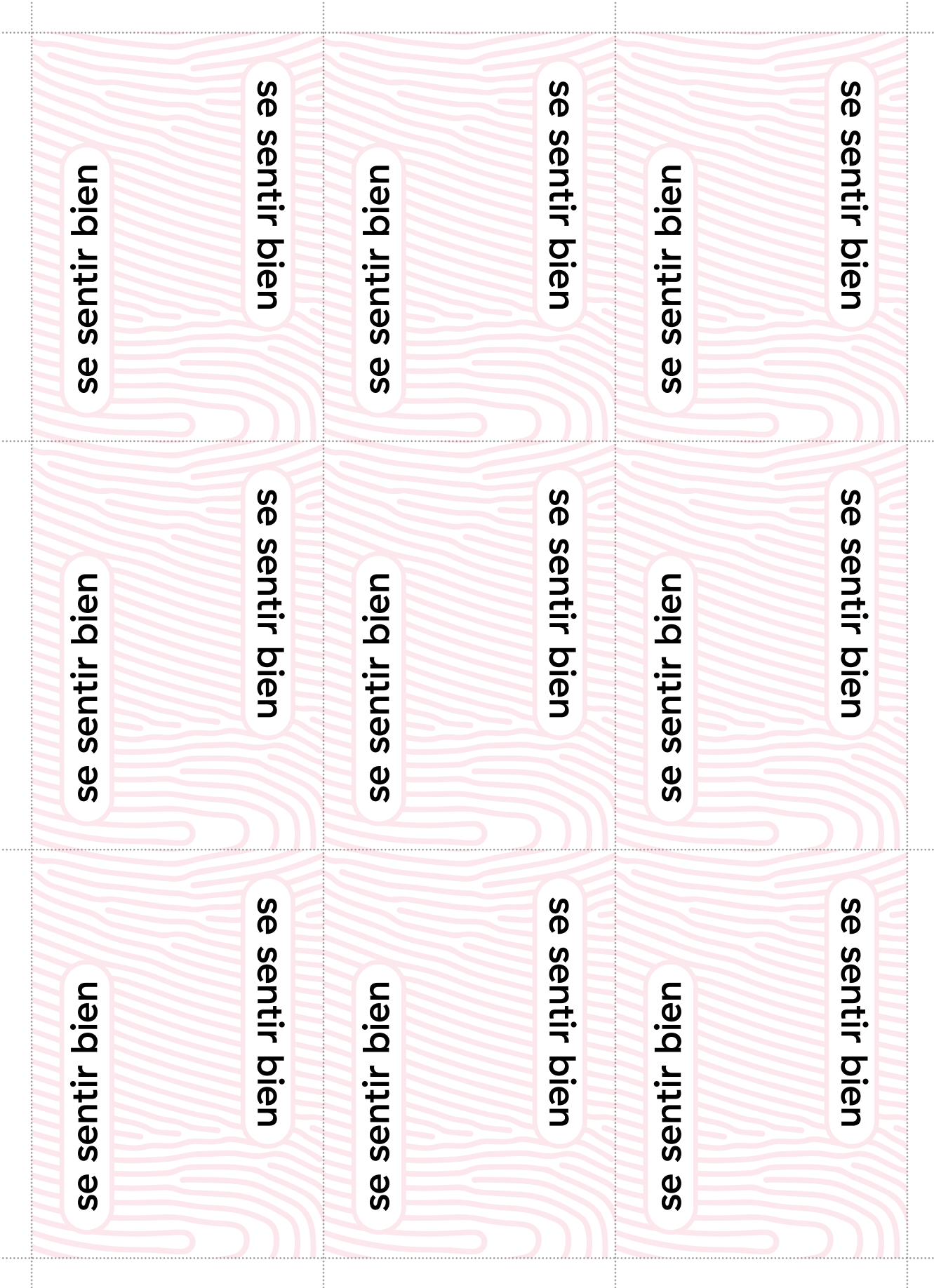
**but et sens
de la vie**

acceptation

autre

courage

organisation



traitement

maladie

diagnostic

opération

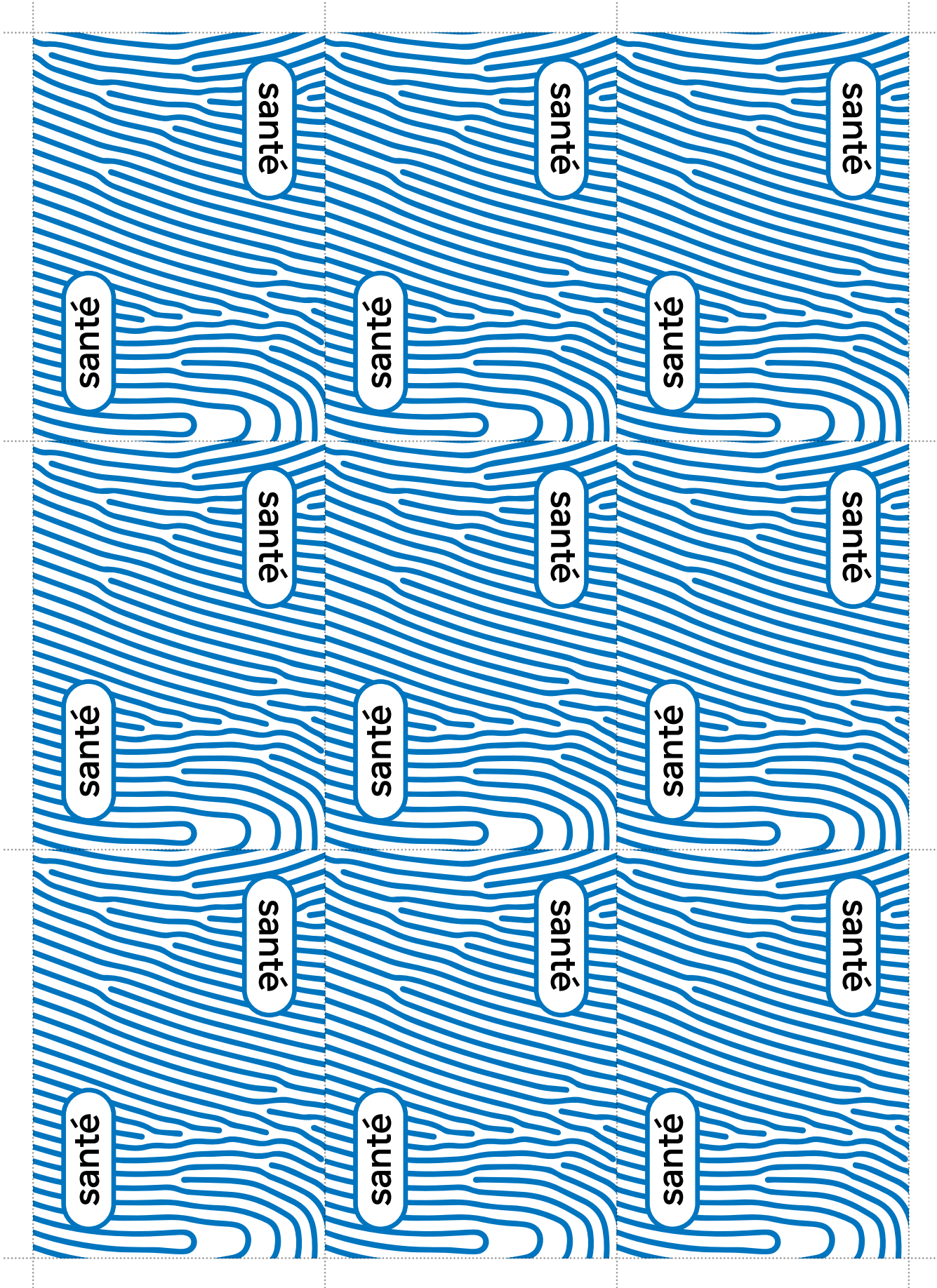
hospitalisation

rémission

sommeil

sexualité

**symptômes
gênants**



autre

en bonne santé

alimentation

incompréhension

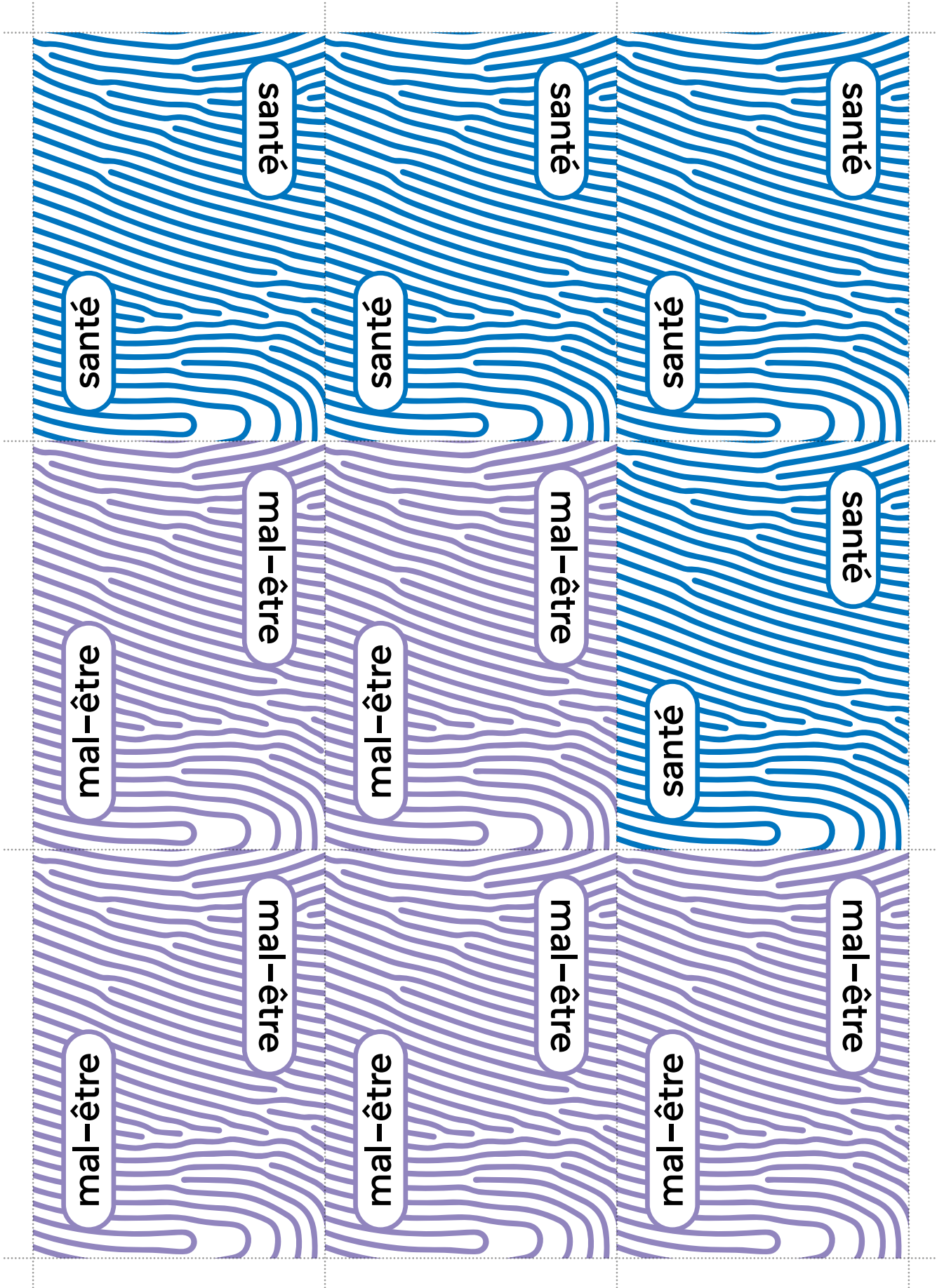
solitude

addiction(s)

**peur,
inquiétude**

**doute,
confusion**

colère



souffrance

impuissance

tristesse

**fatigue,
lassitude**

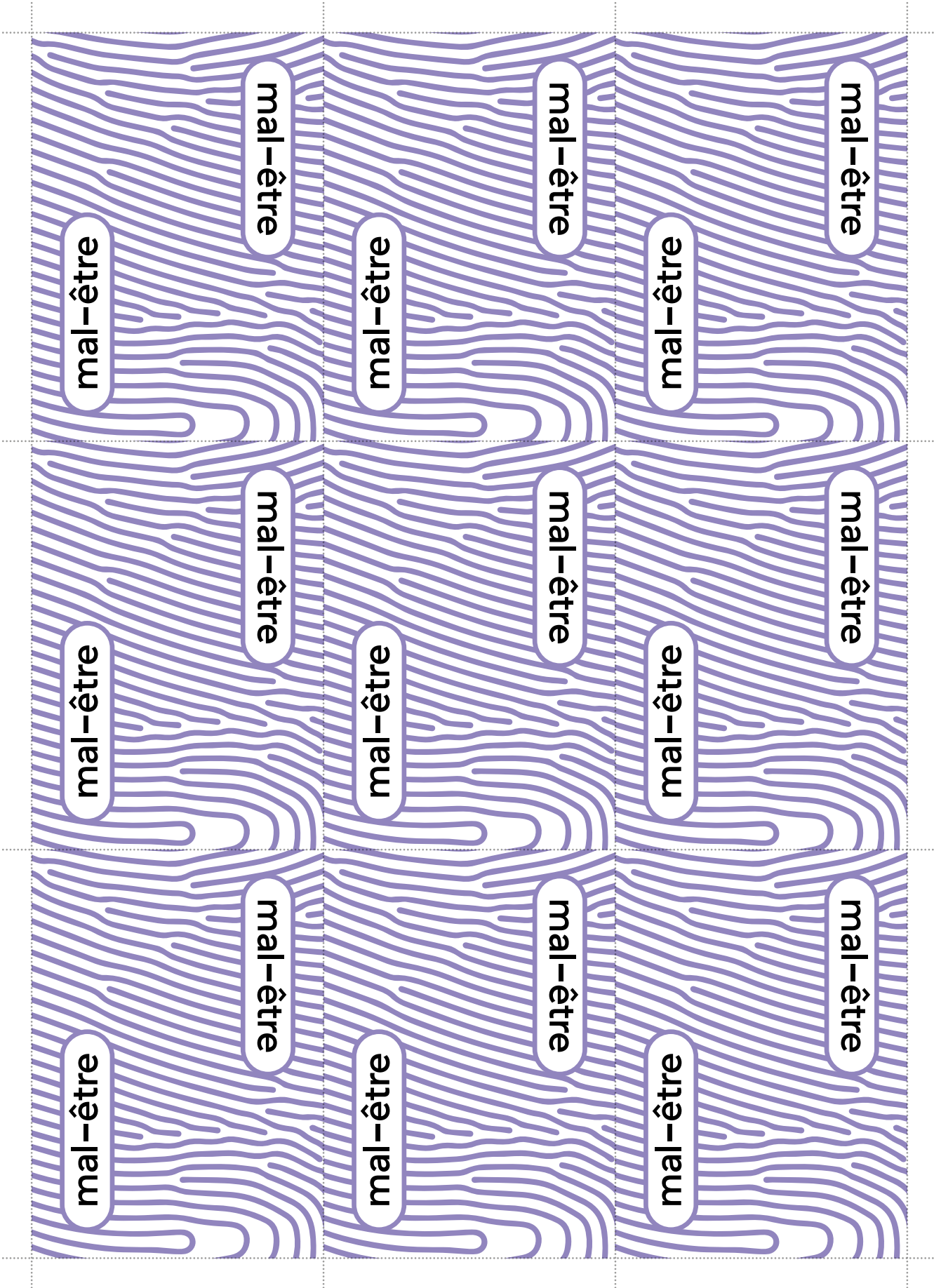
culpabilité

faiblesse

surmenage

**angoisse,
stress, anxiété**

honte



autre

temps

argent

soins

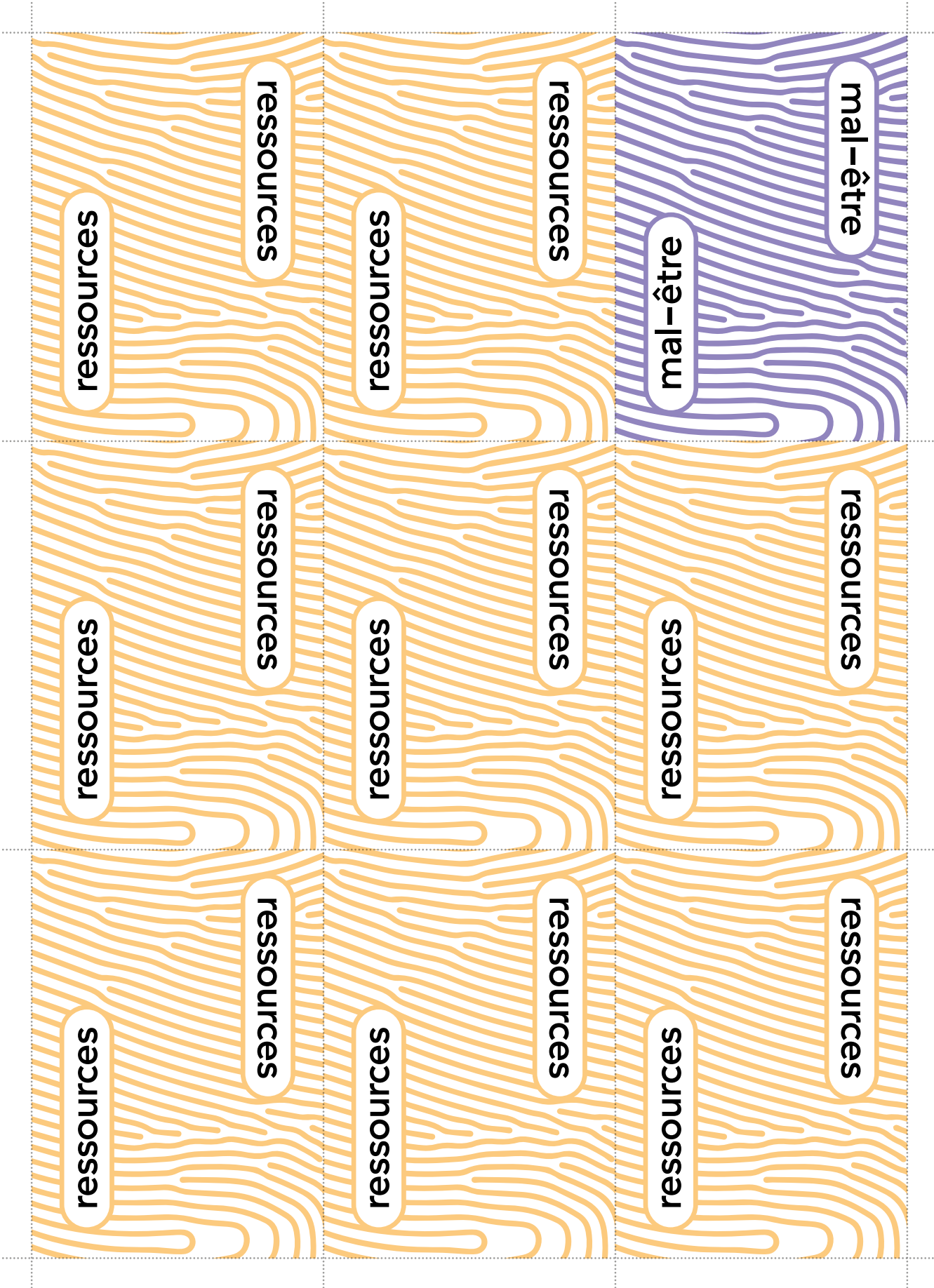
sport

loisirs

voyage

énergies

discussions



créativité

**fête et/ou
vie sociale**

nature

sciences

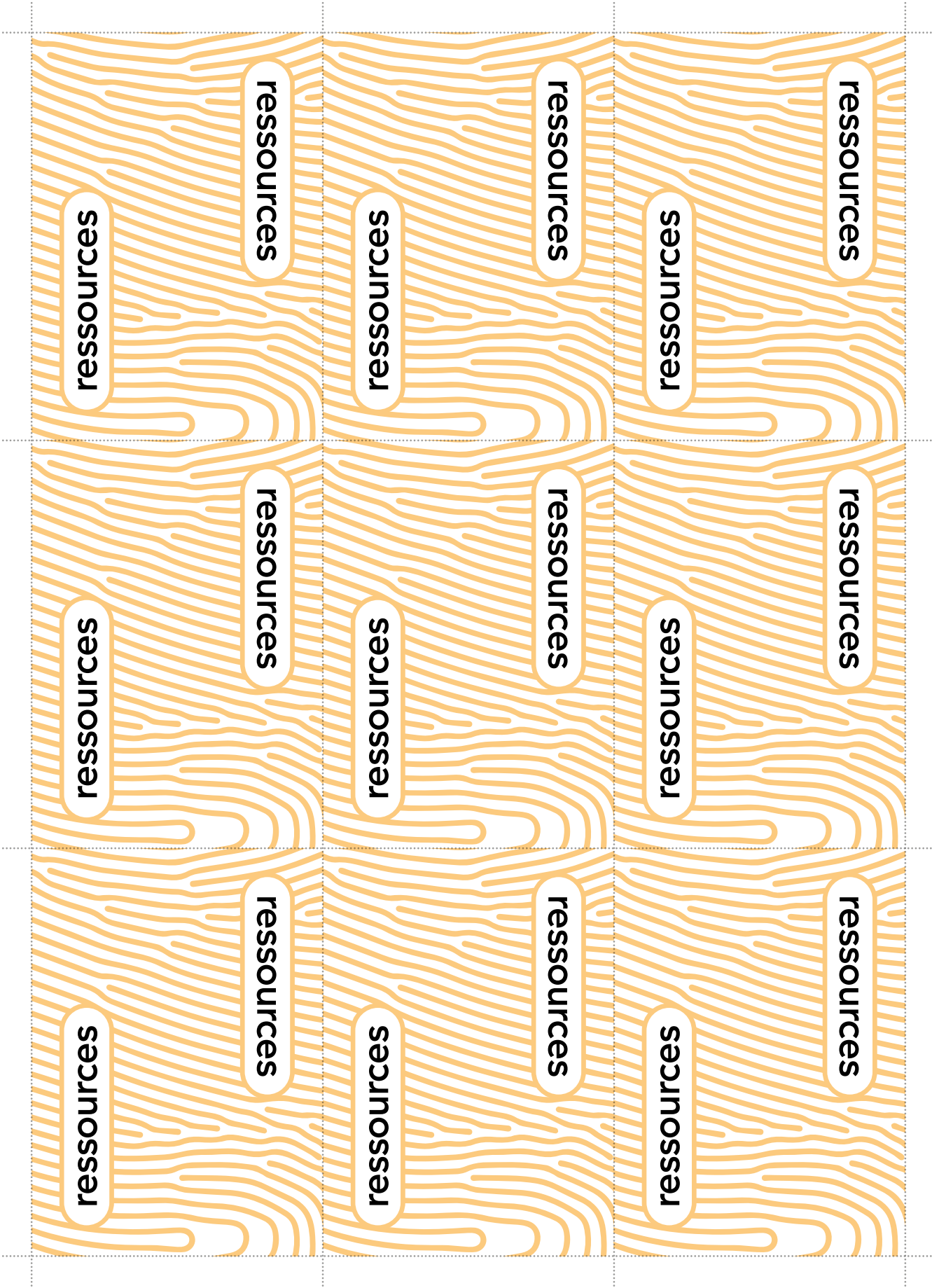
spiritualité

méditation

sécurité

autre

amour



parler avec
quelqu'un·e

comprendre

internet

être conseillé·e

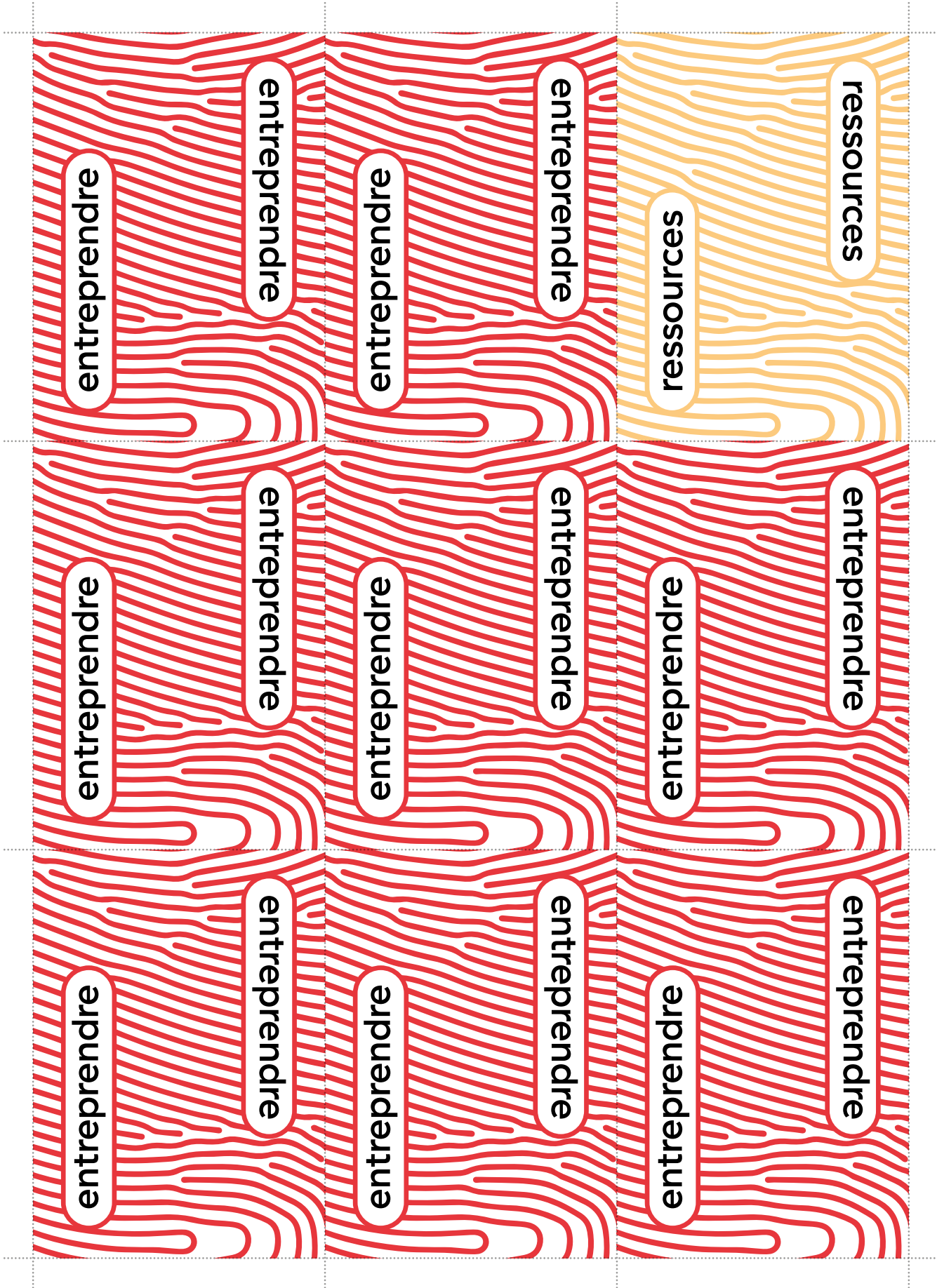
prendre
une décision

m'informer

changer

me reposer,
me ressourcer

connaître les
options possibles

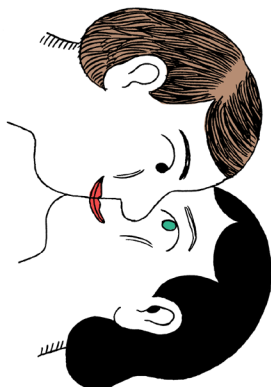
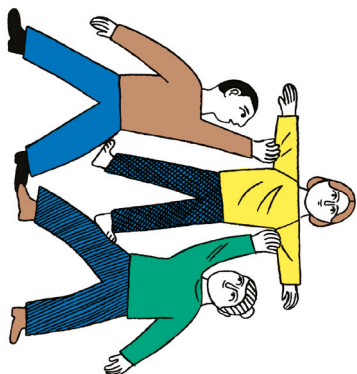
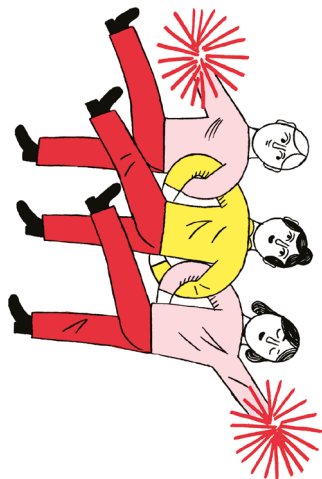
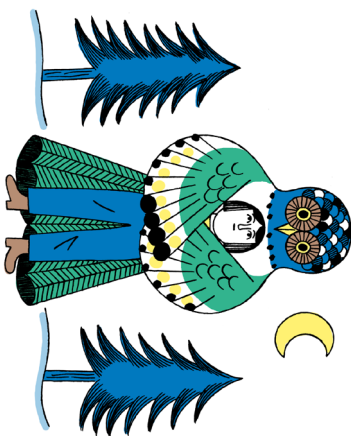


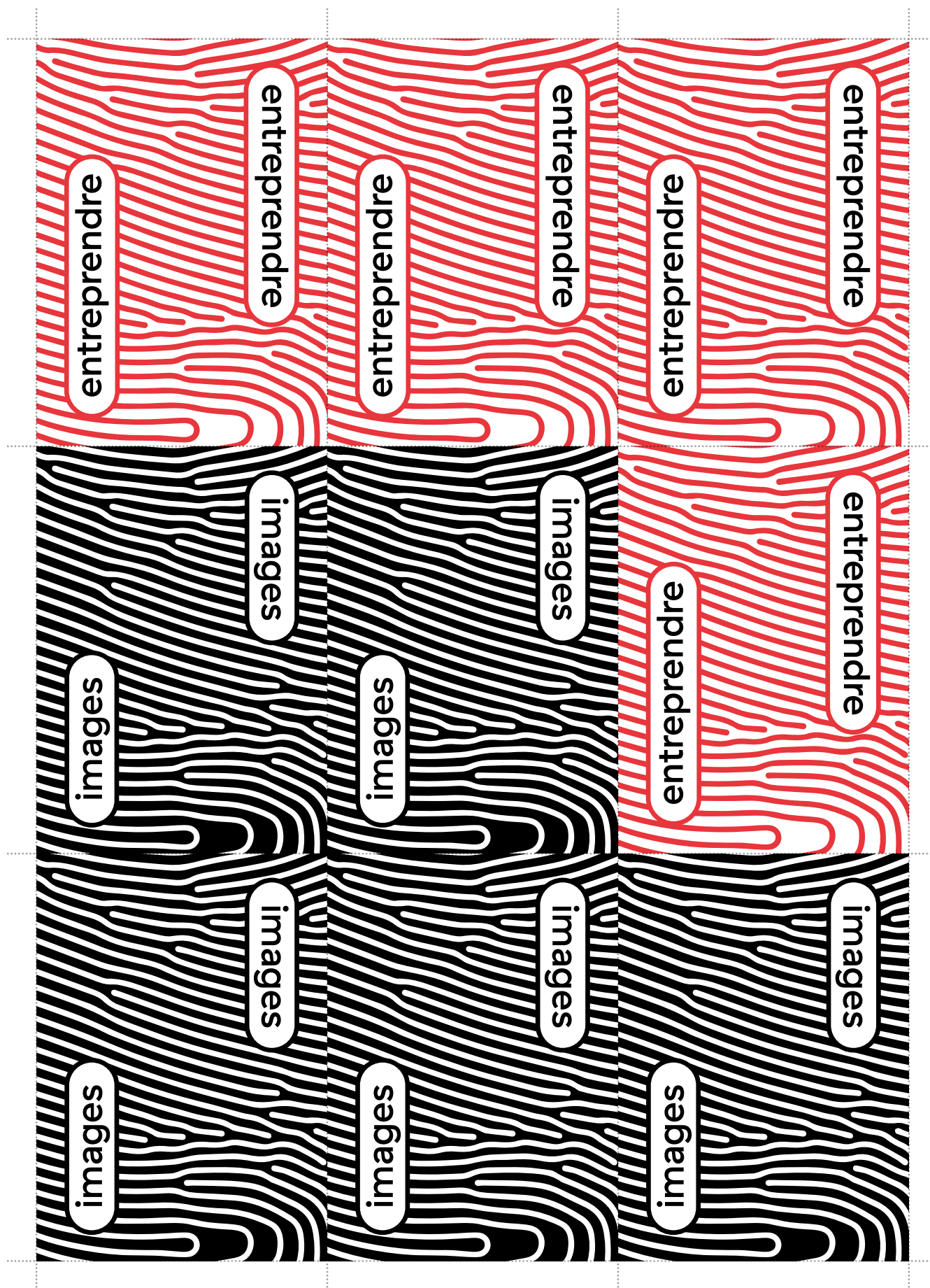
faire des projets

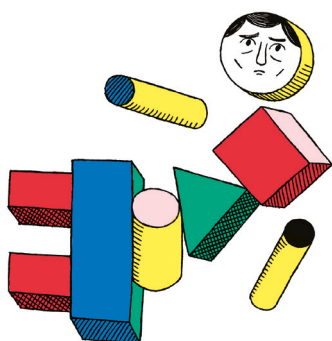
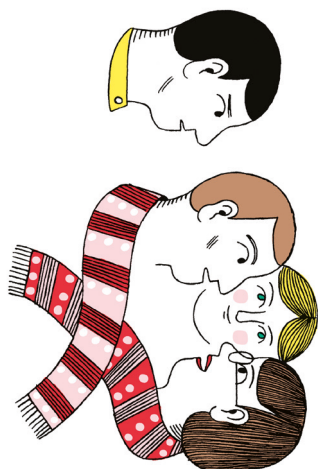
retrouver
le passé

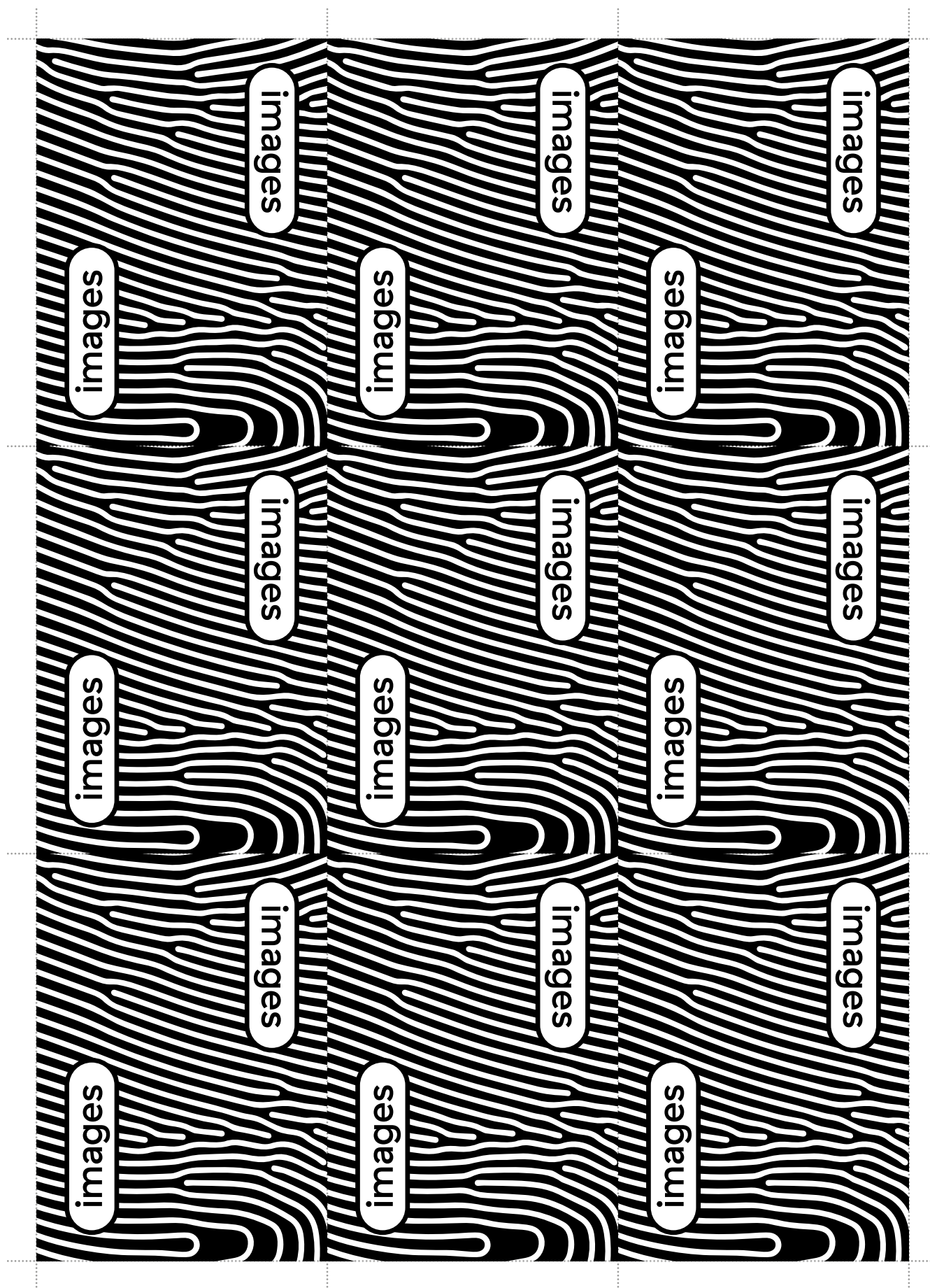
faire le tri,
y voir plus clair

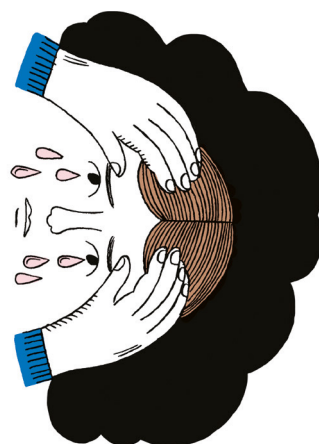
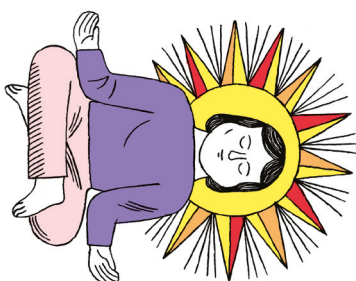
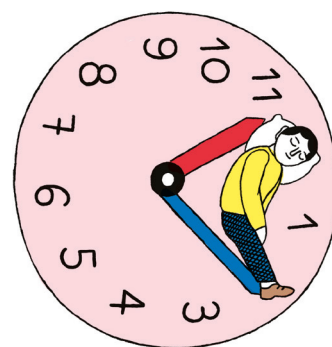
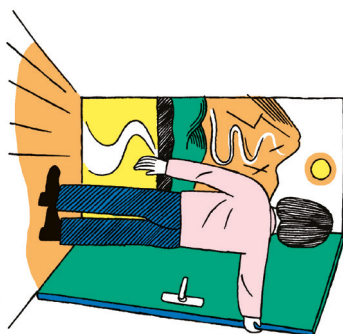
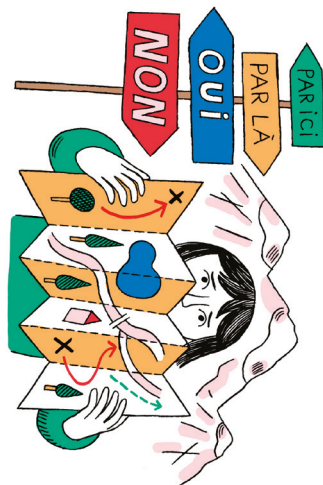
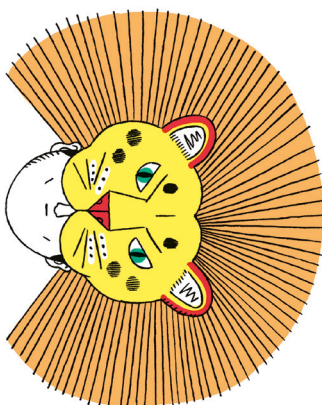
autre

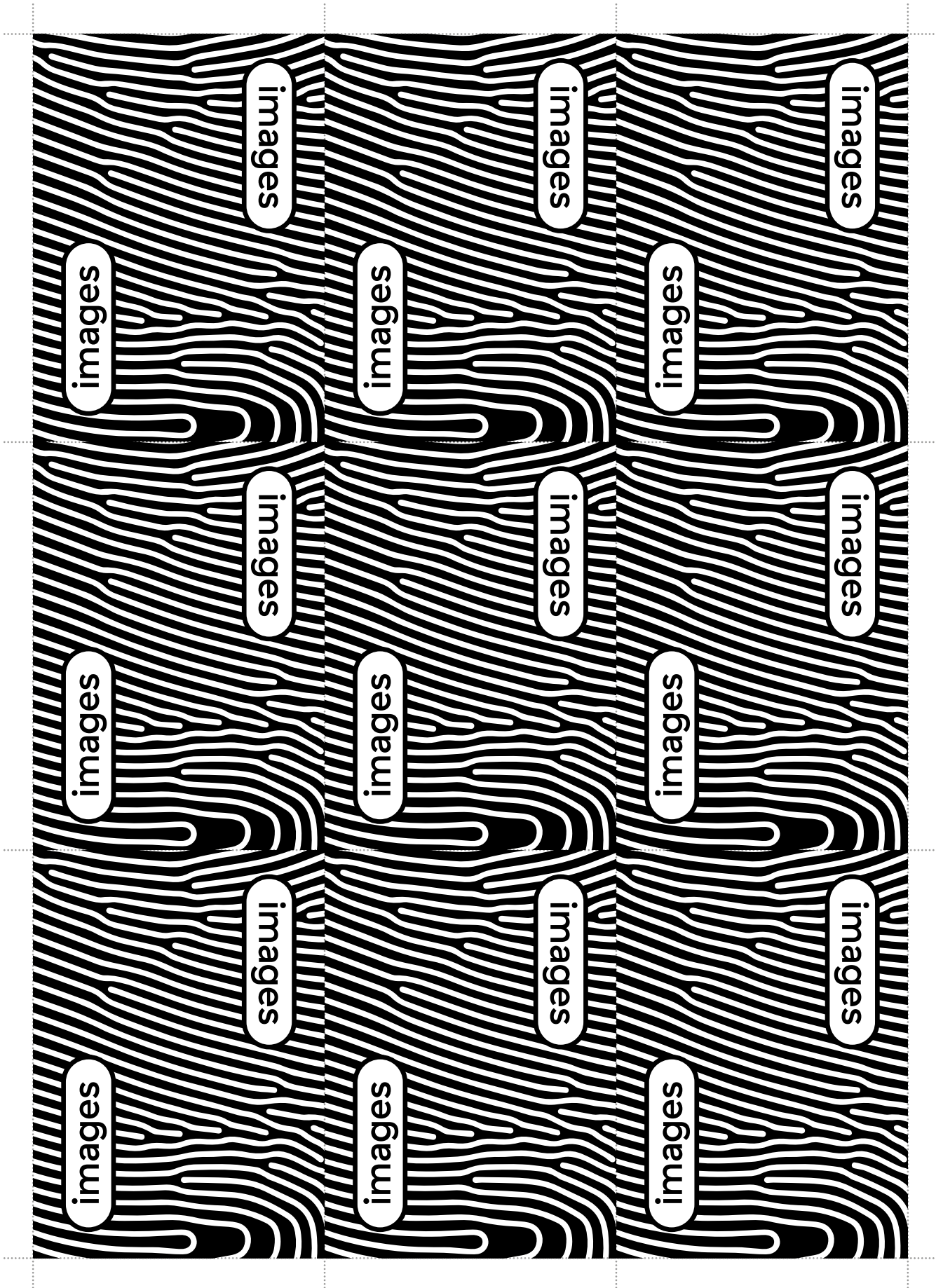


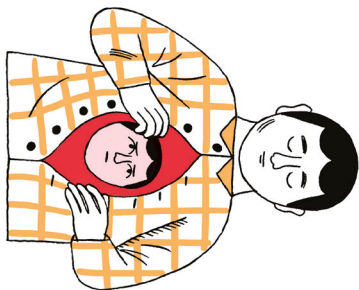
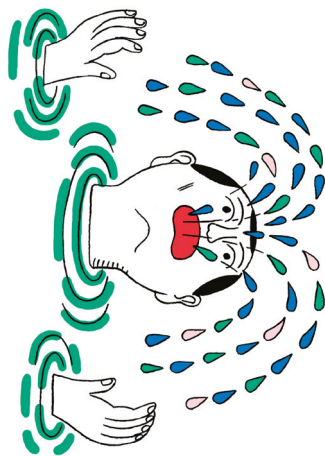












MA SITUATION
ACTUELLE

CE VERS
QUOI J'AI ENVIE
D'ALLER

CE QUI
POURRAIT
M'AIDER

MES BESOINS

JE ME SENS

MES PRIORITÉS

