




Exercice de schématisation



Ressources personnelles (compétences, points forts, savoir, spiritualité) sur lesquelles je peux compter en déploiement :

Zone (s) de faiblesse ou défi dans le domaine des ressources personnelles :

Ressources sociales (amis, collègues, employeur, fournisseur de services de garde, guide spirituel) sur lesquelles je peux compter en déploiement :



Zone(s) de faiblesse ou défi dans le domaine des ressources sociales :

Ressources communautaires auxquelles je peux accéder pour m'aider :