

DR 2–RS : Réflexion sur les relations

Marche à suivre

Complétez cette feuille de réflexion faisant partie de la leçon 1 du module E.

- Indiquez le nom d'une personne avec qui vous entretenez une relation.
- Sur l'échelle graduée ci-dessous, indiquez le degré de santé de la relation.
- Indiquez les problèmes ou préoccupations qui existent dans votre relation avec cette personne.
- Indiquez à quels domaines ou aspects de vos relations touchent ces problèmes ou préoccupations.
- Indiquez ce que vous devriez faire pour résoudre les problèmes ou éliminer vos préoccupations.
- Essayez de prédire ce qui arrivera si ces problèmes ne sont pas résolus.

REMARQUE

Vous aurez l'occasion de revoir et de modifier vos réponses à la fin de la leçon 4 du module E. Assurez-vous de conserver cette feuille en lieu sûr.

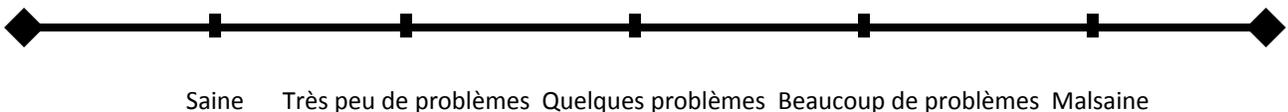
Questions

1. Personne avec qui vous entretenez une relation :

(Le nom peut être réel ou fictif, mais il doit représenter une personne qui existe vraiment.)

2. Votre relation est-elle saine?

(Sur l'échelle graduée, indiquez d'une flèche le degré de santé de votre relation.)



3. Quels sont les problèmes ou préoccupations qui existent dans cette relation? Précisez.

DR 2–RS : Réflexion sur les relations (suite)

4. Domaines ou aspects auxquels touchent ces problèmes ou préoccupations?

(Cochez les cases appropriées.)

Problèmes pratiques ou logistiques

Problèmes de compatibilité

Problèmes d'engagement

Problèmes d'affection ou d'intimité

5. À votre avis, que devriez-vous faire pour résoudre ces problèmes ou préoccupations?

6. Qu'est-ce qui pourrait arriver si ces problèmes ou préoccupations ne sont pas résolus?
