OUTIL 9

Préserver les liens sans isoler

Un lien important : le garder, le changer ou faire une pause

Qui remplit cet outil ? La personne concernée ou un proche.
Avec qui ? Seul, ou avec une personne de confiance qui aide à écrire.

Je pense à un lien important. Je coche le choix qui me ressemble aujourd'hui.

Le lien auquel je pense (une personne, un groupe, un lieu)

- ☐ Le garder comme il est
- ☐ Le garder autrement
- ☐ Le limiter
- ☐ Faire une pause
- ☐ Y mettre fin
- ☐ Je ne sais pas encore

Ce que ce lien m'apporte

La condition ou la limite la plus importante pour moi maintenant

Les six choix sont tous valables. Un lien n'a pas à être gardé à tout prix.

Mes droits

J'ai le droit de dire non et de changer d'idée. En cas de danger, j'arrête et j'appelle le 911.

Pour en savoir plus : livret, sections 4 et 5.