



Module thérapeutique 11 : Vivre avec un trouble psychotique et prévenir les rechutes

Feuille de travail 11.1. Communiquer sur la maladie – arguments pour et contre

Dans quelles situations pourrait-il y avoir un sens à parler aux autres de votre maladie ?

Dans quelles situations il serait plutôt délétère de parler aux autres de votre maladie ?

Pensez à une personne particulière pour qui vous vous êtes demandé (ou à une situation particulière dans laquelle vous vous êtes demandé) si vous pourriez parler de votre maladie :

Arguments pour (Qu'est-ce qui serait aidant dans le fait de parler de ma maladie à cette personne ou dans cette situation ?) :

Arguments contre (Qu'est-ce qui serait plutôt délétère dans le fait de parler de ma maladie à cette personne ou dans cette situation ?) :

Si vous décidez d'en parler, que souhaitez-vous avoir en tête au moment de cette conversation ?