



ALTERC«ACTION»

Décortiquons nos différends...

Nom :

Date :

<i>Que s'est-il passé (LES FAITS) ?</i>	<i>Quels ont été mes comportements ?</i>	<i>Quelles sont les conséquences de la situation (pour moi, pour les autres...) ?</i>

OPINIONS
(Qu'est-ce que j'ai pensé) ?

PAROLES *(Qu'est-ce que j'ai dit) ?*



*Quelles sont les valeurs qui ont été
touchées/heurtées par cette situation ?*

SENTIMENTS *(Ce que j'ai ressenti) ?*



CPAS
CHARLEROI

 **Wallonie**
familles santé handicap
AVIQ



ALTERC«ACTION»
Décortiquons nos différends...

PLAN D'INTERVENTION

✓ *Ce que je retire de cette situation :*

✓ *Ce que je souhaite et ce que je ne souhaite pas :*

✓ *Ce que je vais essayer de faire :*

Date et signatures :



CPAS
CHARLEROI

 **Wallonie**
familles santé handicap
AVIQ