

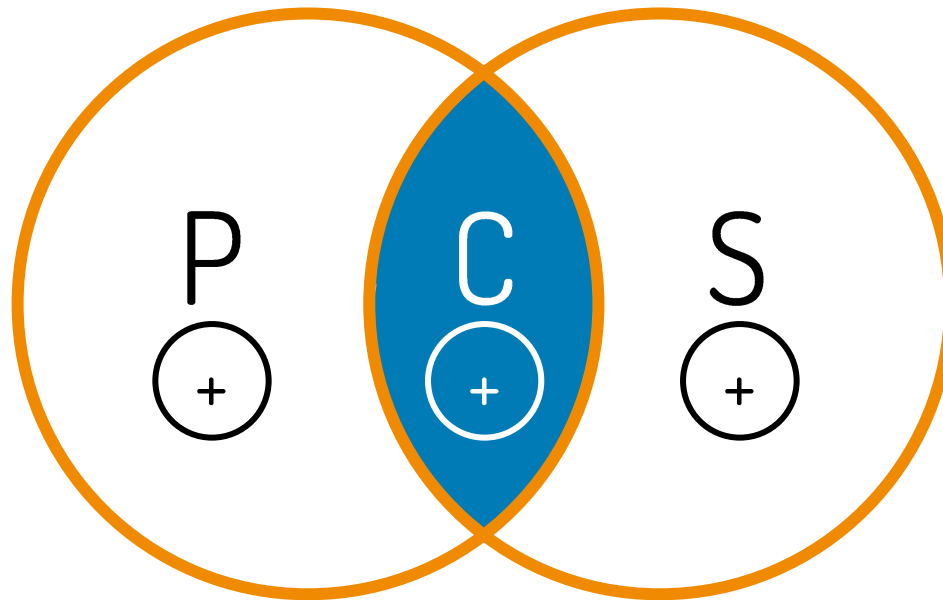
INSERTION LOCALE

Délégation Catholique pour la Coopération

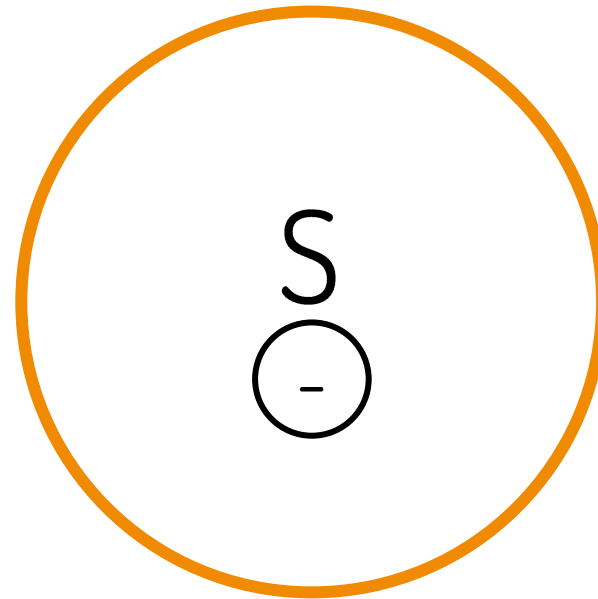
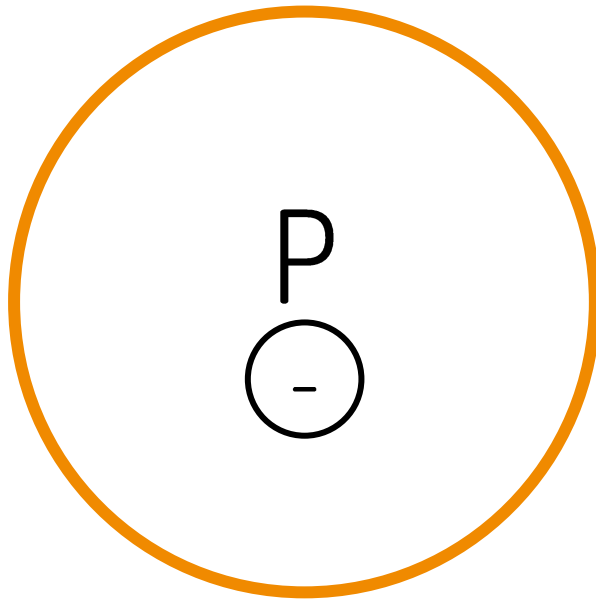
Les cas de conscience



Echelle de valeur et cas de conscience

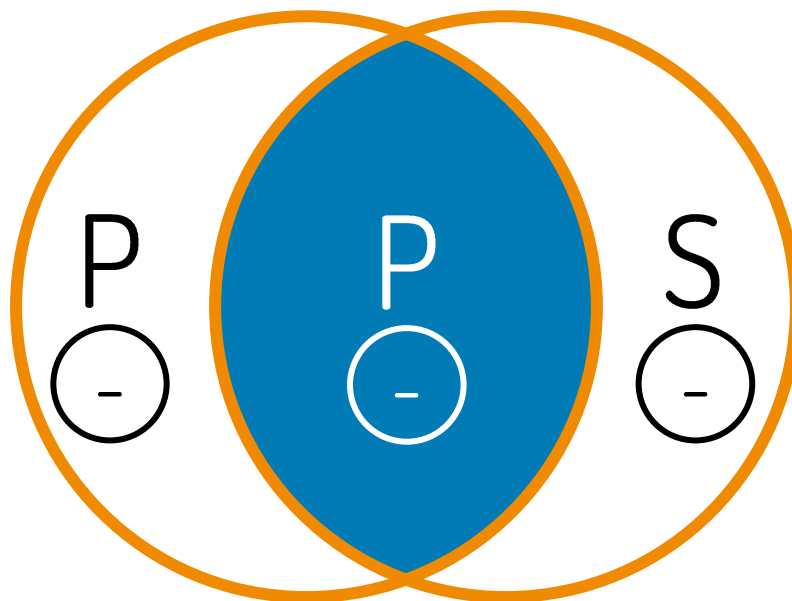


Il s'agit de l'interaction (C) entre ce que je suis / ce qui m'habite (P) et le milieu où j'évolue (S).



C ?

Risque de rupture (dissociation totale)



Risque de rupture (fusion)

Pause !

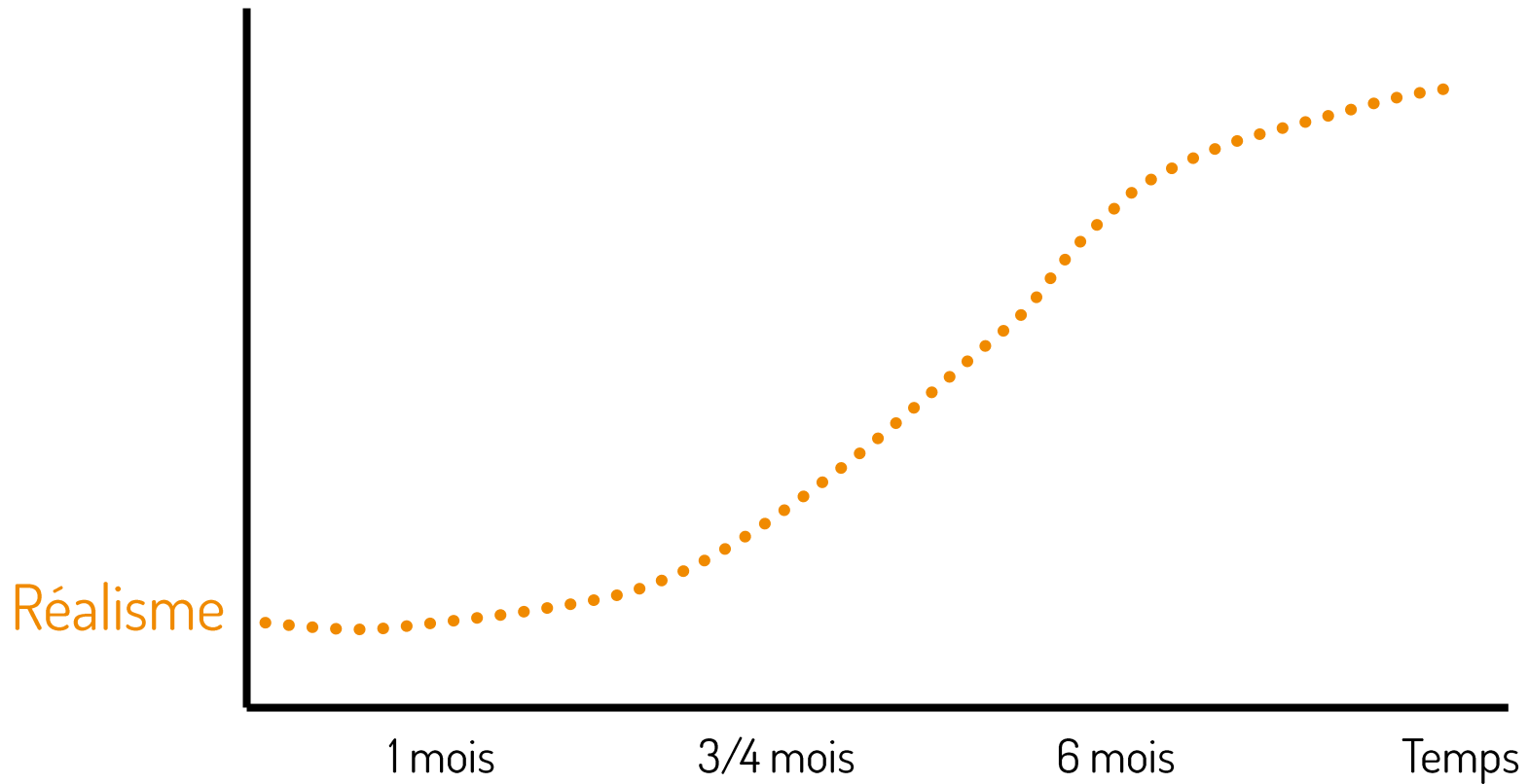
Une adaptation réussie



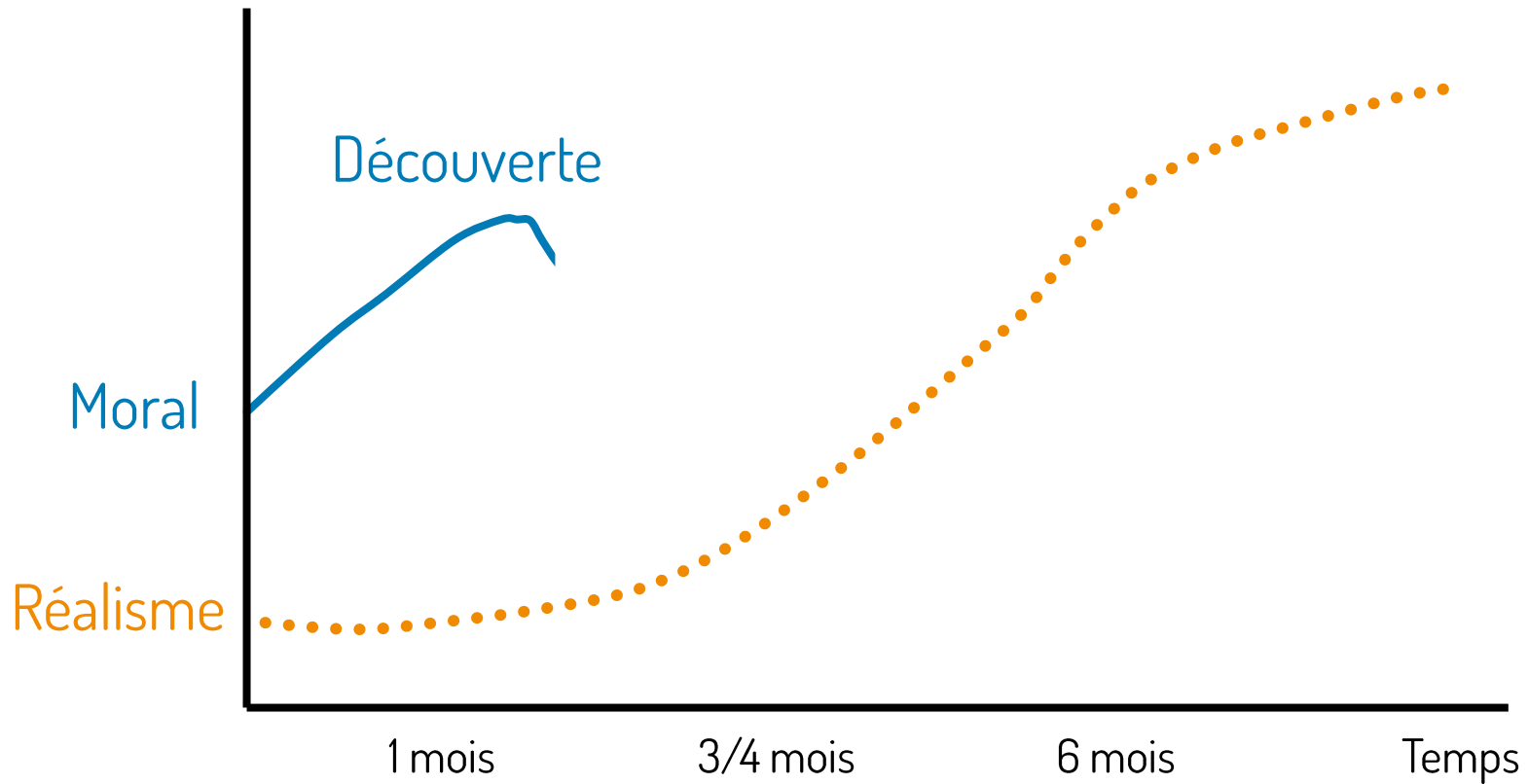
Relecture d'une expérience récente d'adaptation réussie

- Quelles étaient mes craintes avant de commencer cette expérience ?
- Qu'est-ce qui m'a aidé une fois l'expérience commencée ?
Sur quoi est-ce que je me suis appuyé pour favoriser l'adaptation ?
- Au contraire, quels sont les points qui m'ont mis en difficulté ?
Qu'est-ce qui a pu manquer pour que je me sente mieux ?
- Est-ce que ces éléments (positifs comme négatifs) ont évolué dans le temps ?
Qu'est-ce qui fait tenir au début, puis sur le plus long terme ?

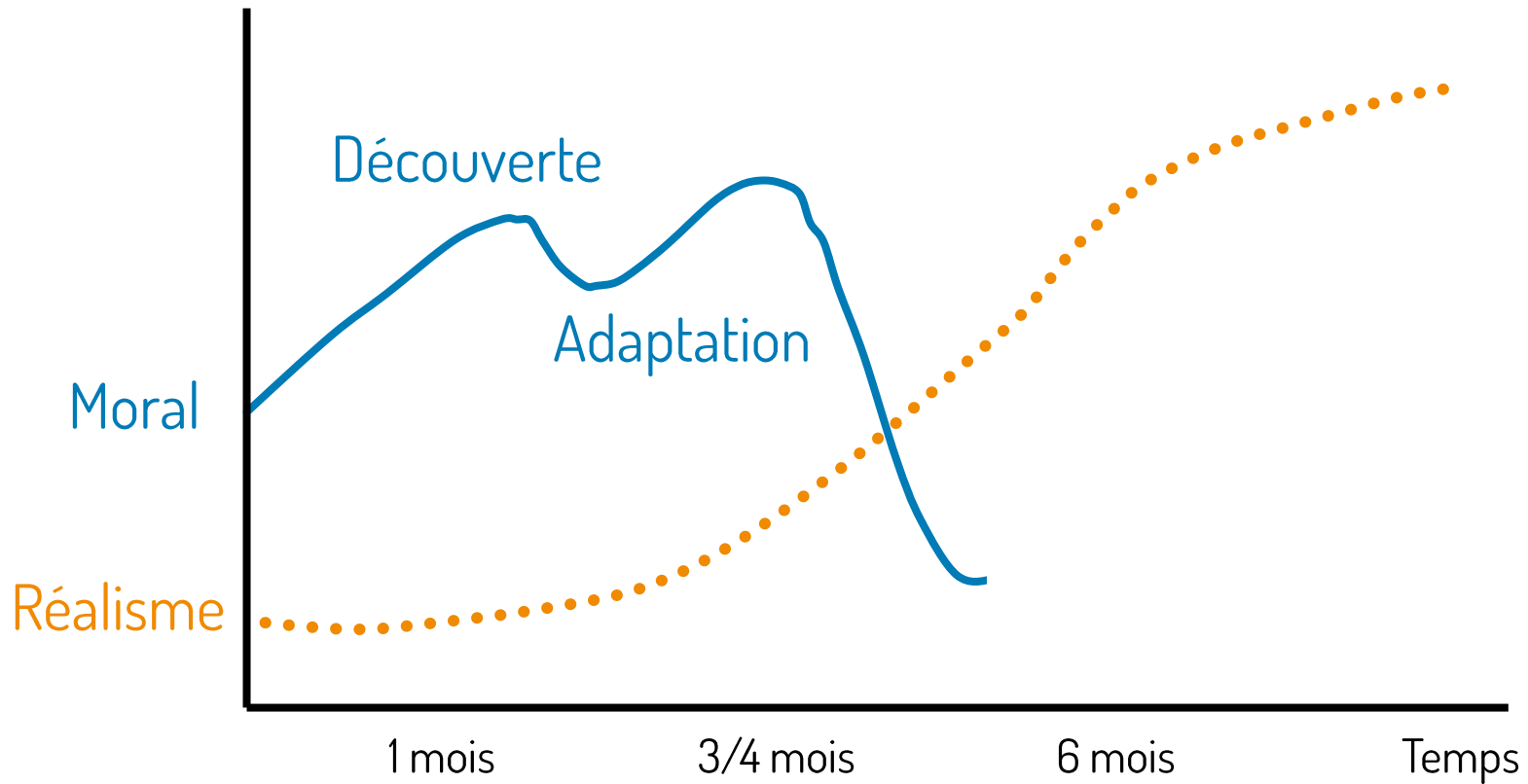
La courbe de l'adaptation



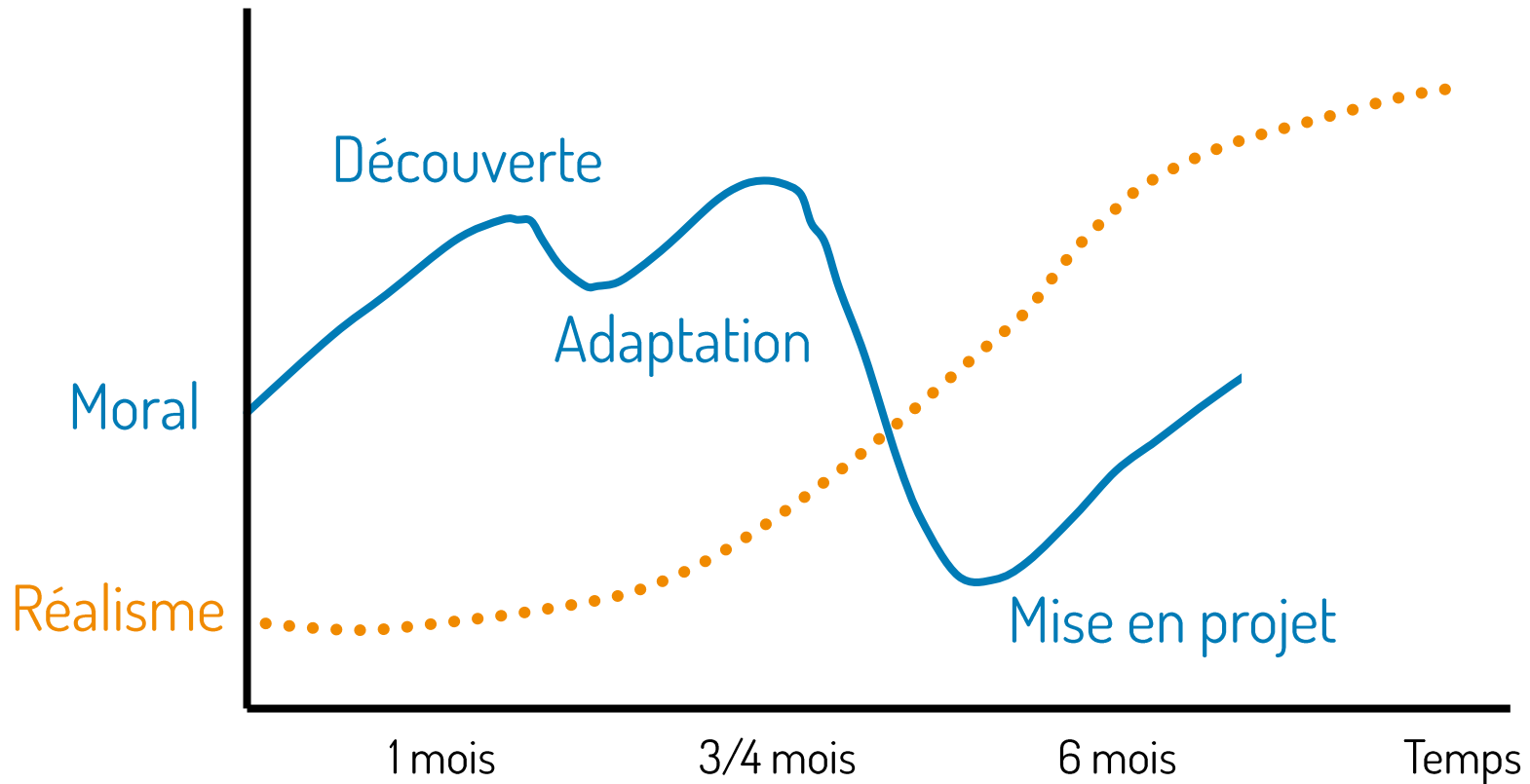
La courbe de l'adaptation



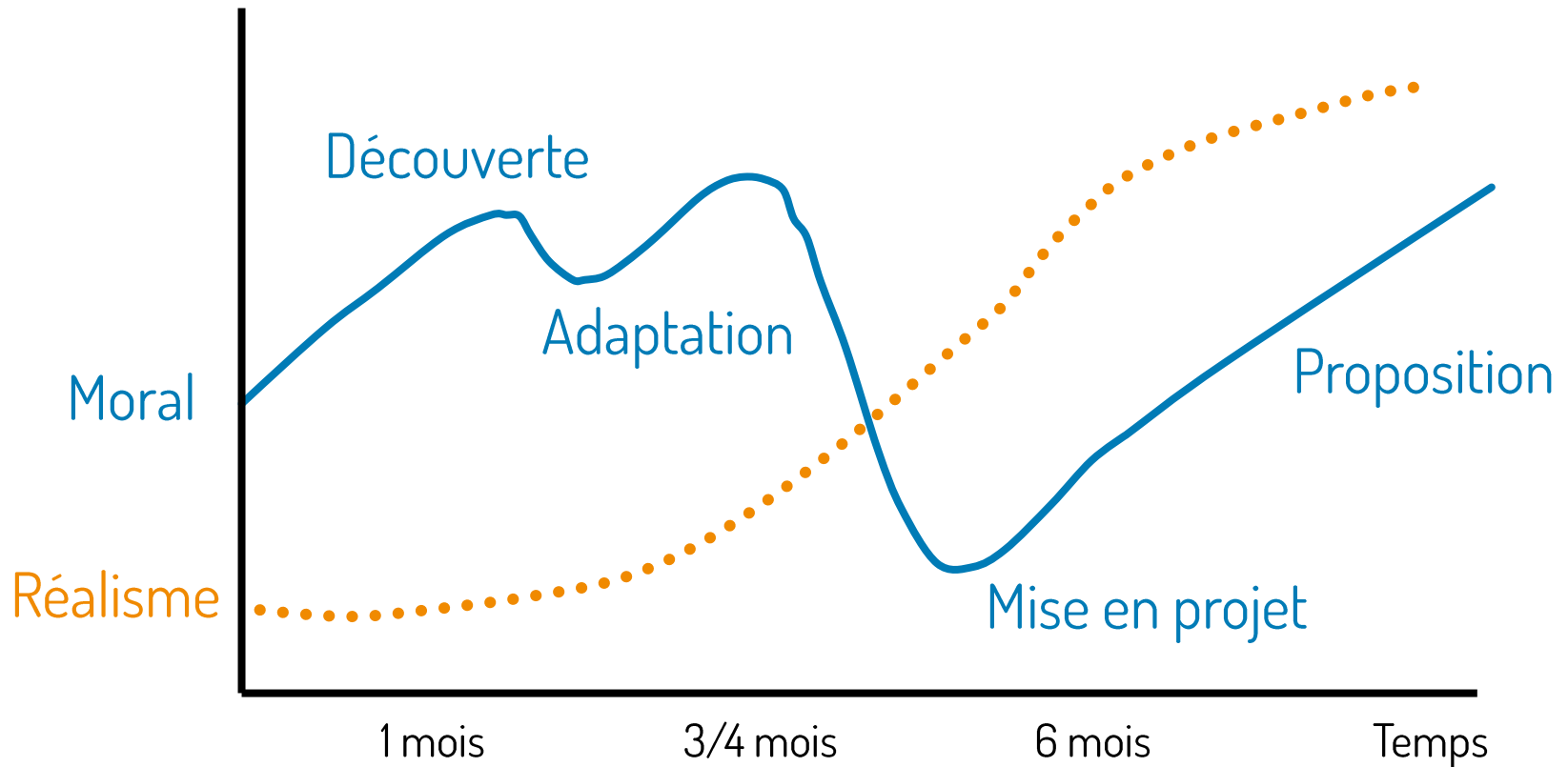
La courbe de l'adaptation



La courbe de l'adaptation



La courbe de l'adaptation



Une adaptation réussie



Temps de réflexion personnelle

De ce que je connais de moi à partir de mes 1ères expériences et suite à ces échanges :

- Comment je me projette dans la vie quotidienne sur place ?
- A quoi est-ce que je serai attentif durant mes 1ers mois de volontariat (de quoi aurai-je besoin pour faciliter mon adaptation sur place ? à quoi je tiens ?)
- Ai-je des craintes, des peurs ?
- Quels sont mes moyens de ressourcement ? sont-ils transposables sur le terrain ?