

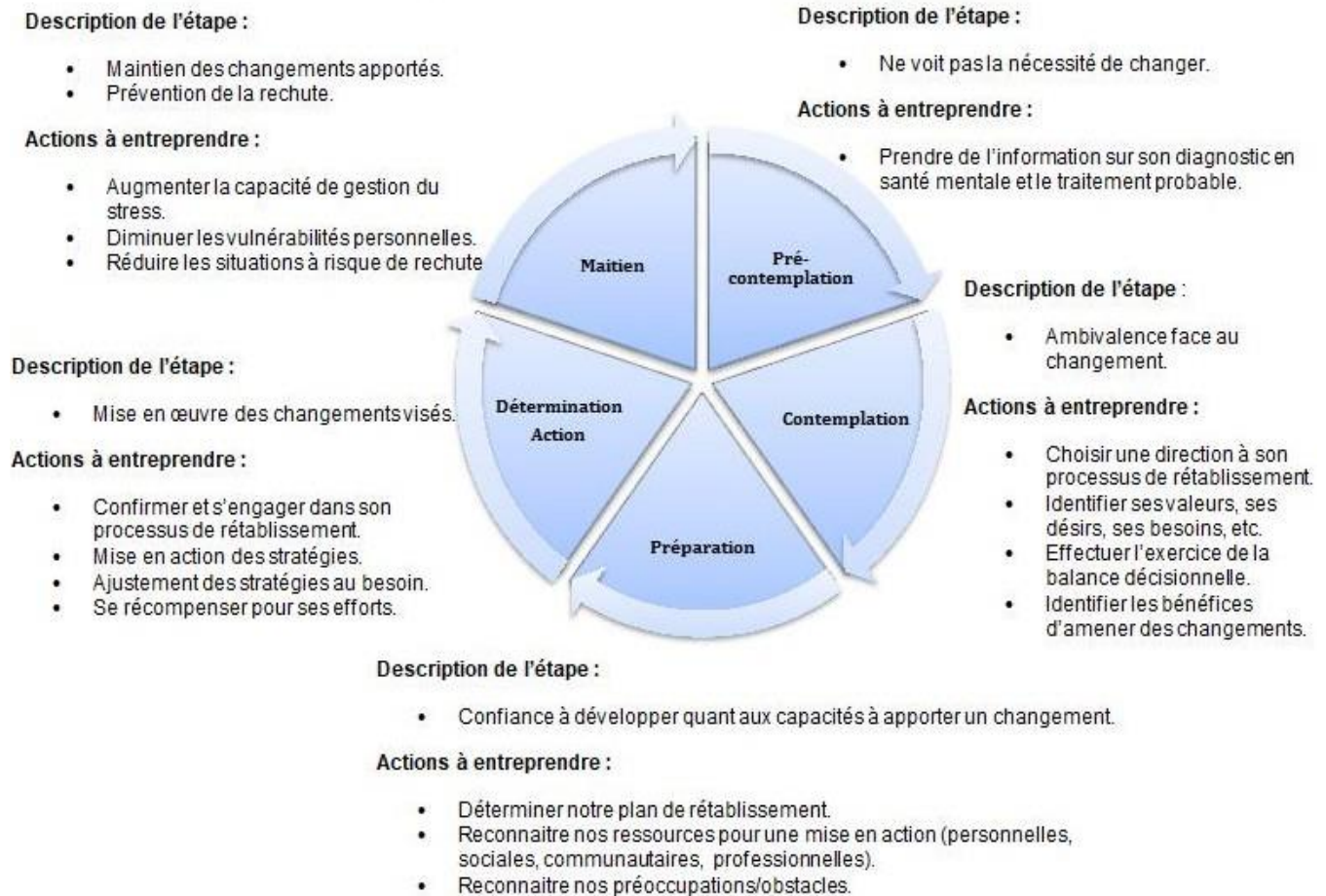


Guide de pratique : éducation psychologique et autosoins

La motivation

Fiche I3 – Cycle de changement

Le processus de changement se compose de différents stades dans lequel il est intéressant de se questionner à propos de l'étape où nous sommes rendus. Ce processus est dynamique; la personne évolue d'un stade à l'autre. Ce mouvement peut se faire vers l'avant, mais il peut également y avoir des pas de recul.



Référence bibliographique

Favrod, J., Maire, A., Rexhaj, S. et Nguyen, A. (2015). *Se rétablir de la schizophrénie. Guide pratique pour les professionnels* (2e édition). Issy-les-Moulineaux, France : Elsevier Masson.