

Réflexion

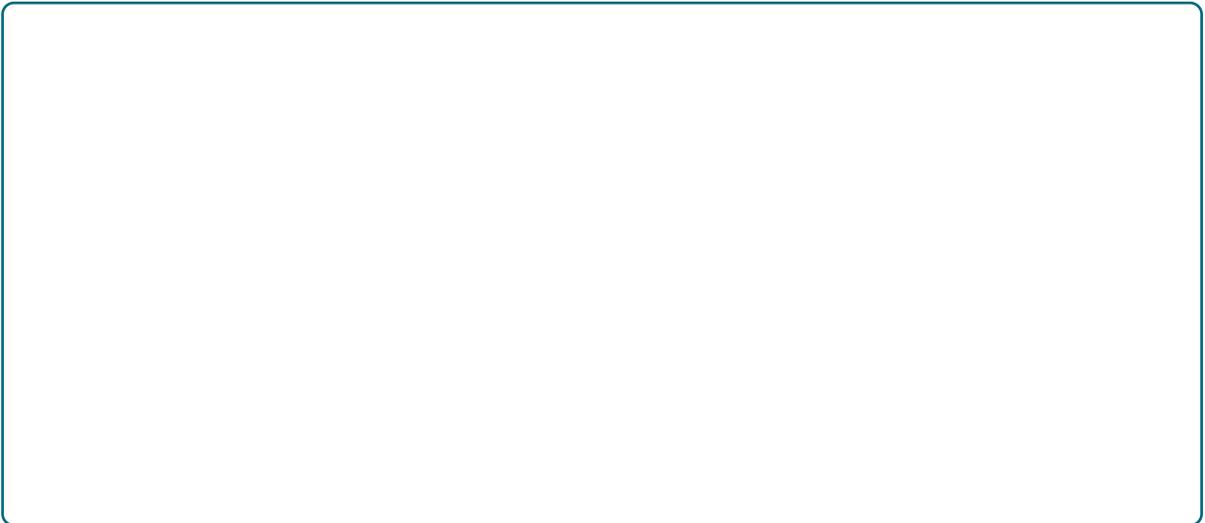
- Date d'aujourd'hui (attendre au moins une semaine avant de remplir une réflexion supplémentaire):

- Depuis combien de temps avez-vous débuté votre cheminement ?

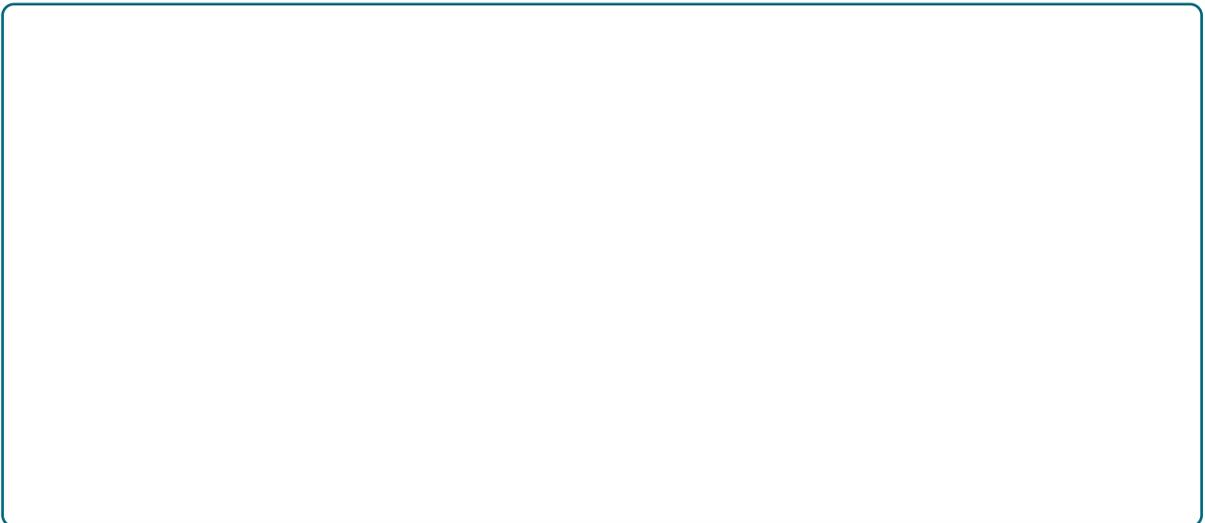
- Aujourd'hui, de quelle façon décririez-vous le rapport à votre corps ?

- À combien estimez-vous votre bien-être corporel ?

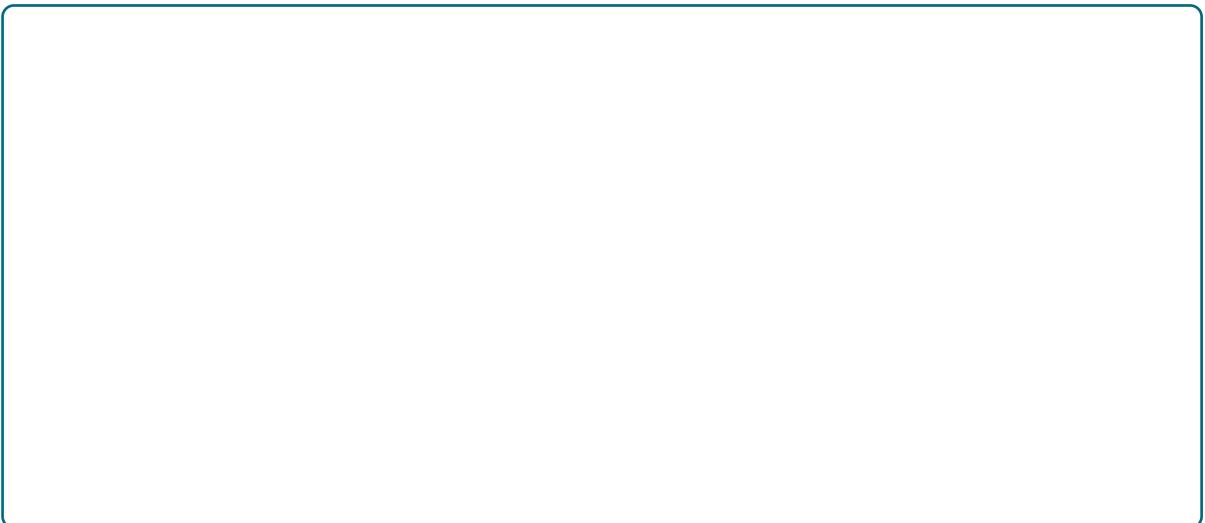
- Ce qui vous plaît de votre corps:



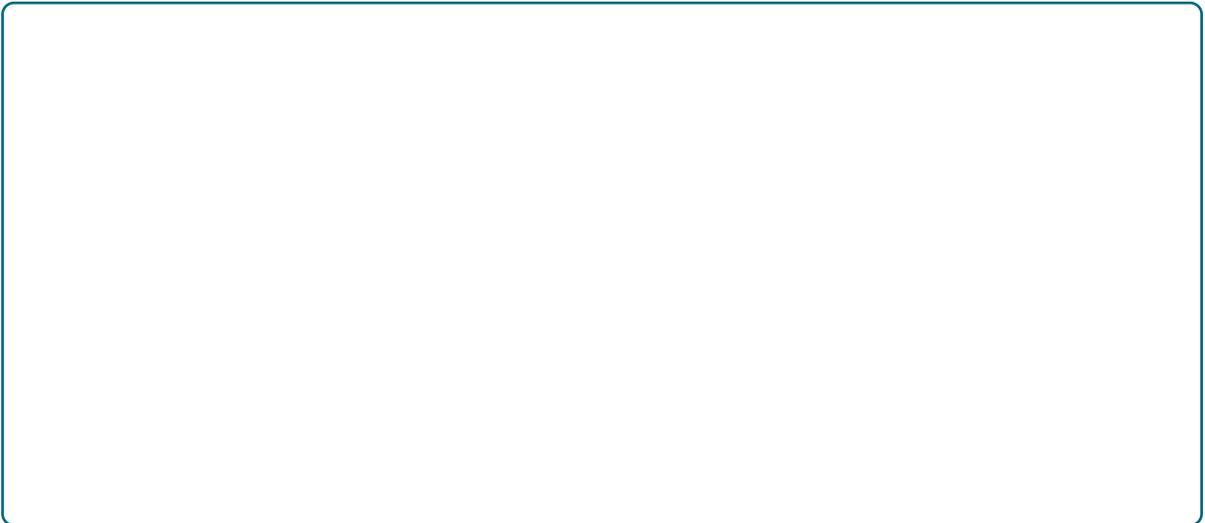
- Ce qui vous déplaît de votre corps:



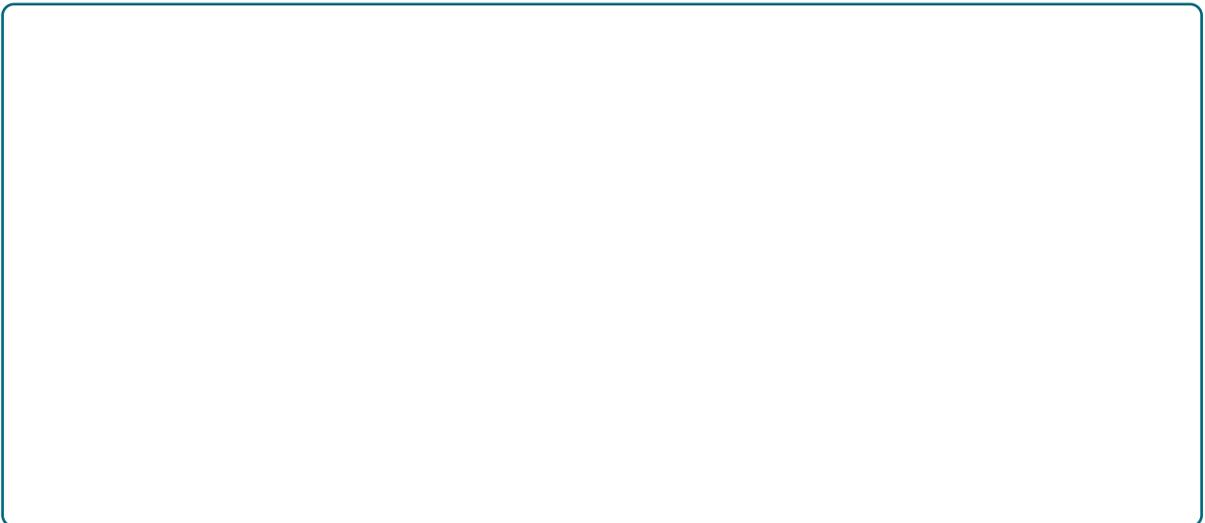
- Avez-vous l'impression d'avancer dans votre cheminement ? Expliquez.



- Est-ce que vous vous investissez dans votre cheminement ? De quelle(s) façon(s) ?



- Observez-vous un obstacle à votre cheminement ? Si oui, lequel ?



- Si vous avez identifié un obstacle, de quelle façon pourriez-vous surmonter cet obstacle ?

