Zemljevid podpornega omrežja

Pregled ljudi okoli tebe in tega, za kaj je kdo v resnici na voljo.

> Osamljenost pogosto ne pomeni, da ni nikogar, ampak da od napačnega človeka pričakuješ napačno stvar. Na koncu poglej, **katera vrsta podpore manjka** — tam je delo.

Ljudje okoli mene

IME	KROG: BLIZU / SREDNJE / OBROBJE	ZA KAJ JE DOBER	KDAJ SEM GA NAZADNJE VIDEL

Vrste podpore

Kdo me posluša?

Kdo mi praktično pomaga?

S kom se nasmejim?

Kdo mi pove resnico?

Katera vrsta podpore mi manjka?