



QUESTIONNAIRE

NOM PRENOM

Date de l'entretien

Mail TEL

1. Cache ses soucis derrière un masque jovial

- Vous n'aimez pas les conflits et cherchez à les éviter
- Vous cachez vos soucis et vos souffrances derrière une apparente jovialité et aimez faire rire les autres
- Lorsque vous vous sentez sous pression, vous pouvez vous tourner vers l'alcool, les drogues ou d'autres influences extérieures pour vous aider à oublier ce qui vous perturbe

2. Crainte vague et imprécise, appréhension, pressentiment

- Vous ressentez des sentiments d'appréhension et de malaise sans cause apparente
- Vous vivez avec un sentiment de peur vague inexplicable
- Vous avez des pressentiments

3. Critique, intolérance, cynisme, arrogance, juge les autres

- Vous êtes dérangé par les faiblesses et les habitudes des autres
- Vous avez des difficultés à faire des compliments aux autres
- Vous avez tendance à juger sévèrement les autres, à être intolérant

4. Ne sait pas dire non car veut toujours plaire

- Vous êtes incapable de dire non à ceux qui, sans cesse, comptent sur votre bonne nature
- Vous avez tendance à être influencé par les personnes qui ont une nature plus forte que la vôtre
- Vous niez vos propres besoins afin de faire plaisir aux autres

5. Doute de son propre jugement, recherche le conseil d'autrui avant d'agir

- Vous avez tendance à remettre sans cesse en question vos opinions alors que vous savez ce qui est juste pour vous
- Vous recherchez le conseil et l'approbation des autres, niant votre propre intuition
- Vous avez le sentiment de connaître les réponses à vos questions et cependant demandez l'avis des autres

6. Perte du contrôle émotionnel, peur de perdre son sang-froid, violentes colères

- Vous avez peur de perdre le contrôle
- Vous craignez de vous faire du mal ou de faire du mal aux autres
- Vous réagissez de manière irrationnelle et violente, explosant de rage et de colère

7. Répétitions des mêmes erreurs, difficultés à apprendre

- Vous reproduisez les mêmes erreurs comme choisir un mauvais type de partenaire, ou rester dans un travail que vous n'aimez pas
- Vous n'apprenez pas de vos expériences ni de celles des autres
- Vous avancez trop lentement dans votre vie car vous n'apprenez pas de vos erreurs passées

8. Amour possessif, donne dans l'attente de recevoir, exige des autres

- Vous êtes possessif et manipulateur envers ceux que vous aimez
- Vous aimez vous plaindre lorsque vous êtes malade et utilisez parfois votre maladie pour exercer une certaine pression sur ceux que vous aimez
- Vous recherchez l'attention des autres de manière excessive

9. Rêverie, inattention, indifférence, désir d'évasion de la réalité

- Vous vous sentez ailleurs et sans contact avec la réalité présente
- Vous vous sentez préoccupé et rêveur, incapable de vous concentrer
- Vous êtes somnolent et dormez plus que nécessaire

10. Mauvaise image de soi, maniaquerie, attaché aux détails

- Vous êtes obsédé par les détails, ignorant l'essentiel
- Vous avez honte de vous ou de votre corps
- Vous avez un sentiment d'impureté intérieure et vous vous sentez repoussant

11. Se sent submergé par les responsabilités, pense ne pas être à la hauteur

- Vous vous sentez dépassé par l'ampleur de vos responsabilités
- Vous perdez confiance en vous lorsque vous ne parvenez plus à faire face à une situation
- Vous acceptez plus de travail que vous ne pouvez en assumer

12. Doute, abattement, se sent facilement déprimé et découragé

- Vous vous découragez facilement lorsque un petit obstacle se présente sur votre route
- Vous manquez de persévérance face aux difficultés de la vie
- Vous sombrez facilement dans le pessimisme lorsque les choses n'évoluent pas comme vous l'aviez envisagé

13. Désespoir, pessimisme, n'y croit plus

- Vous ne luttez plus car vous pensez que rien ne peut vous aider
- Vous essayez des traitements pour faire plaisir aux autres en restant convaincu que cela n'aura aucune action positive
- Vous avez abandonné tout espoir de guérison

14. Bavard volubile, centré sur soi, déteste être seul

- Vous êtes préoccupé par vos problèmes et avez besoin d'en parler tout le temps
- Vous ne supportez pas d'être seul, vous recherchez la compagnie des autres pour pouvoir parler de vos difficultés
- Vous êtes si absorbé par vos problèmes que vous n'écoutez pas les autres

15. Haine, envie, jalousie, suspicion, colère, conflit, révolte

- Vous êtes de tempérament jaloux
- Vous êtes envieux des autres lorsqu'ils réussissent là où vous avez échoué
- Vous ressentez des sentiments de vengeance

16. Parle du passé, nostalgie, a le mal du pays, exprime souvent des regrets

- Vous fuyez dans le passé pour échapper au présent qui ne correspond pas à vos attentes
- Vous regrettez des situations inachevées du passé ou des occasions manquées
- Vous aimez feuilleter vos albums souvenirs en vous rappelant les bons moments du passé

17.Lassitude, manque d'entrain, difficulté à démarrer

- Vous avez des difficultés à démarrer le matin
- Vous vous sentez fatigué à l'idée de penser à la journée qui vous attend
- Vous reportez au lendemain ce que vous pourriez faire aujourd'hui par lassitude mentale

18.Impatient, irritable, tendu, agit dans la précipitation

- Vous ne supportez pas les contre-temps où les gens trop lents
- Lorsque vous êtes malade, vous souhaitez être sur pied rapidement
- Vous préférez travailler seul pour aller à votre rythme

19.Manque de confiance en soi, résigné à l'échec, sentiment d'infériorité

- Vous avez l'impression que les autres sont mieux que vous, vous vous sentez inférieur à eux
- Vous n'entrez pas, par certitude d'échouer
- Vous vous sentez profondément dévalorisé

20.Timidité, gêne, peur de choses définies : le noir, la mort, les autres...

- Vous rougissez facilement par timidité
- Vous vous sentez nerveux
- Vous avez des phobies (peur des araignées, de la foule, de la maladie, de l'avion, etc)

21.Peine et idées noires sans raison apparente

- Vous ressentez une profonde mélancolie qui va et vient sans en connaître la raison
- Vous avez le sentiment d'être coupé du monde sans comprendre pourquoi
- Vous ressentez que vos humeurs sont changeantes, vont et viennent sans raison particulière

22.Bourreau de travail, lutte malgré tout, grand sens du devoir

- Vous travaillez trop, vous avez le sentiment que la vie est une lutte
- Vous vous sentez fatigué et épuisé par votre tâche mais vous ne vous plaignez jamais
- Vous négligez vos propres besoins en faisant passer le devoir avant toute chose

23. Epuisement total, quand tout est vécu comme un effort

- Vous vous sentez au bout du rouleau
- Votre fatigue est telle que tout devient effort et vous prive de l'envie de sortir ou de vous distraire
- Vous avez accompli de nombreuses tâches et vous vous sentez à présent sans énergie

24. Culpabilité, remords, se sent responsable de tout

- Vous vous accrochez à vos erreurs sans pouvoir vous pardonner
- Vous avez mauvaise conscience, vous vous jugez sévèrement
- Vous pensez que ce qui arrive aux autres est souvent de votre faute

25. Craintes exagérées pour les autres, en particulier pour ses proches

- Vous vous sentez protecteur à l'excès envers les autres
- Vous vous faites de la bile pour ceux que vous aimez, vous imaginez le pire
- Vous conseillez la prudence aux autres, n'ayant pas confiance en leurs propres capacités

26. Terreur, peur extrême, panique, cauchemars

- Vous vous sentez paniqué, terrorisé
- Vous vous réveillez en pleine nuit à cause de cauchemars
- Vous vous sentez pétrifié dans une situation de terreur

27. Dur et intransigeant envers soi, réprimé, refoulé, rigidité

- Vous vous sentez inflexible dans votre approche de la vie, cherchant à tout prix la perfection
- Vous êtes si rigide envers vous même que vous ne vous autorisez pas les plaisirs simples de la vie
- Vous êtes très préoccupé par des régimes, le travail, la discipline spirituelle afin d'atteindre un idéal de vie

28. Incertitude, indécision, hésitation, humeur changeante

- Vous hésitez dans vos choix sans pouvoir trancher
- Vous avez des difficultés à conserver votre équilibre émotionnel
- Vous changez souvent d'humeurs, passant de la joie à la tristesse, de l'optimisme au pessimisme, du rire aux larmes

29. Chocs et accidents, mauvaise nouvelle soudaine, chagrin, deuil, tristesse

- Vous éprouvez des difficultés à surmonter les épreuves du passé
- Vous avez traversé des souffrances liées à une perte d'un être cher, à une maladie grave ou à une nouvelle terrible
- Vous vous sentez inconsolable par rapport à une perte ou à un chagrin du passé

30. Sentiment d'abandon, pense avoir atteint ses limites, détresse intérieure

- Vous avez l'impression de toucher le fond et êtes terriblement angoissé
- Vous ne voyez pas d'issue à votre situation présente et vous êtes profondément désespéré
- Vous avez l'impression d'avoir atteint les limites de votre endurance

31. Sur-enthousiasme, révolte contre les injustices, nervosité

- Vous ne supportez pas les injustices et êtes prêt à vous battre pour rétablir la vérité
- Vous vous épuisez par excès de zèle
- Vous cherchez à convaincre les autres d'une manière excessive dans le but de les aider

32. Autoritaire, intransigeant, ambitieux, dominateur, inflexible

- Vous êtes de nature autoritaire et dominante
- Vous ressentez souvent le besoin d'avoir raison
- Vous vous sentez inflexible et avez le sentiment d'en savoir plus que les autres

33. Difficulté à vivre le changement, hypersensibilité

- Vous êtes dans une situation de changement et ressentez des difficultés à aller vers ce changement (nouveau travail, nouvelle relation, déménagement, début de retraite, ménopause)
- Vous éprouvez des difficultés à vous protéger, vous absorbez la négativité extérieure, telle une éponge
- Vous ressentez le besoin de vous détacher d'influences du passé qui vous retiennent et vous empêchent d'aller dans le changement que vous souhaitez

34. Fier, réservé, posé et calme, solitaire, parfois distant

- Vous apparaissez aux yeux des autres comme fier et inaccessible, de caractère indépendant
- Vous préférez la solitude et aimez régler vos difficultés par vous même
- Vous supportez vos difficultés en silence

35. Ruminations mentales, conflits intériorisés, préoccupations

- Vous avez des difficultés à échapper à vos pensées, vous ressassez toujours les mêmes problèmes sans les résoudre
- Vous avez des difficultés à vous endormir parce que vos pensées tournent en rond autour d'un sujet préoccupant
- Vous manquez de concentration car vous êtes absorbé par vos problèmes

36. Incertitude quant au chemin à prendre, mal à l'aise dans son milieu

- Vous avez le sentiment de passer à côté de vos ambitions
- Vous vous sentez à un carrefour de votre vie, sans pouvoir décider quelle direction prendre
- Vous avez le sentiment de ne pas avoir trouvé le sens de votre vie

37. Résignation, fatalisme, apathie, passivité

- Vous êtes résigné et dites souvent « il n'y a rien à faire c'est héréditaire »
- Vous avez envie de changer le cours de votre vie mais cela vous demande trop d'efforts et vous y renoncez
- Vous avez l'impression de « traîner les pieds »

38. Amertume, sentiment d'injustice, ressentiment, apitoiement sur soi

- Vous marmonnez et boudez lorsque vous n'êtes pas satisfait
- Vous pensez que ce sont les autres qui sont responsables de votre malheur
- Vous vous sentez pessimiste, vous voyez souvent « le verre à moitié vide »

Fleurs attribuées :