**QUESTIONNAIRE PERSONNEL**

NOM :

PRENOM :

TEMPS pour répondre : 1 heure.

A nous renvoyer par whatsapp, fichier renommé par nom - prénom

1. **Parcours de vie :**

Retrace les différentes parties de ta vie en décrivant ce qui s’est déroulé de manière la plus succincte possible.

(exemple : 0 / 5 ans période joyeuse, enfance insouciante

5 / 8 ans, période longue séparation parents, tristesse…)

1. **SITUATION ACTUELLE :**

**1/ Que recherchez-vous en priorité dans cette formation ?** Listez vos objectifs :

-

-

-

**2/ Avez-vous déjà suivi des formations ces 2 dernières** **années** (formation spirituelle et/ou de développement personnel) ?

Si oui, sur quels thèmes ?

3/ D'après vous, quel est votre niveau de connaissance concernant la formation proposé **(PROGRAMMES LIMITANTS ET DESTRUTEURS)**, entre 0 et 10 ? (0 étant “aucune connaissance”, 10 étant “expert”)

**4/ Parmi les objectifs précisés au programme, quels sont ceux prioritaires pour vous ?**

**5/ Y a-t-il d'autres objectifs personnels et/ou complémentaires que vous avez en participant à cette formation ?**

**6/ Quel “résultat” escomptez-vous atteindre pour la fin de ce stage ?**

(*ex: connaître ma vocation, retrouver un équilibre de vie, apprendre à me réaliser, maitriser mes capacités psychiques, intellectuelles, former les gens à retrouver un équilibre de vie, développer ma conscience)*.

**7/ Quels résultats positifs, bénéfices ou changements pouvez-vous attendre de cette formation dans votre quotidien ?**

**8/ Avez-vous un complément d'information, un message à nous faire passer ? (contexte particulier, situation de handicap...)**

# ÉVALUATION PERSONNELLE

**Pour les questions suivantes, évaluez sur une échelle de 0 à 10, où 0 est le minimum et 10 est le maximum. NOTEZ 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, si vous vous sentez entre les 2.**

**1/ Quel est votre niveau de compréhension en psychologie?**

0 - La psychologie reste pour moi tout un monde à découvrir

10 - J’ai fait des études dans le domaine et je sais défendre des points de vue avec de vrais psychologues

**2/ Estimes-tu avoir de l’ego ?**

0 – Je me fais marcher sur les pieds par tout le monde ou il m’arrive d’être méprisant.

10 – Je sais me positionner, et je ressens parfaitement la justesse d’un choix

**3/ À quel point fais-tu confiance aux autres ?**

0 – Je doute tout le temps et je n’ai aucune confiance en l’être humain.

10 – J'ai une pleine confiance en les autres et sais toujours à qui j’ai à faire pour donner ma confiance à qui de droit.

**4/ Penses-tu répondre actuellement à ta vocation ?**

0 – Je ne sais absolument pas quelle est ma mission de vie.

10 – Je suis pleinement dans l’expression de ma mission

**5/ Utilises-tu des pratiques de type énergétique, PLN, Reiki, Qigong, Teta healing, Access Bars... ?**

* Si oui, lesquelles ?

**6/ Quelles capacités, talents ou dons penses-tu avoir ?**

**7/ À quel point ne supportes-tu pas l’injustice ?**

0 – Nous sommes tous des êtres responsables, tout est à sa place.

10 – Je dénonce toute forme d’injustice, ça me met hors de moi !

**8/ À quelle fréquence as-tu l’impression de te contrarier ?**

* Jamais
* Rarement
* Souvent
* Tout le temps

**9/ À quelle fréquence as-tu l’impression de te mettre en colère ?**

* Jamais
* Rarement
* Souvent
* Tout le temps

**9/ Quand on cherche à me faire culpabiliser d’une manière ou d’une autre, quelle est ma résistance pour ne pas me laisser atteindre par la sensation de me sentir fautif(ve) ?**

0 - le moindre soupire à mes côtés me donne l’impression que j’ai fait quelque chose de mal, tout ce que l’on me dit passe par le filtre des reproches

10 - Je n’ai aucun besoin de me justifier tellement la culpabilité ricoche sur le bouclier de ma conscience et que je connais le juste milieu et ressens bien en moi ce qu’est la culpabilité légitime.

**10/ Quelles sont tes qualités ? Énumères-en 5 minimum**

-

-

-

-

-

**11/ Quels sont tes principaux traits de caractère de manière à définir ta personnalité ?**

**12/ As-tu le sentiment d’être actuellement dans une ou des zone.s de confort ?**

* Si oui, laquelle, lesquelles ?

**13/ Te compares-tu souvent aux autres ?    donne un exemple**

- OUI

- NON

**14/ Te sens-tu comparé souvent aux autres ?   donne un exemple**

- OUI

- NON

**15/ Dirais-tu avoir une bonne santé globale de à à 10 ?**

* + Physique
  + Psychique
  + Energétique

**16/ Reconnais-tu chez toi des addictions, alimentaires, ou autres ?**

* Si oui, lesquelles :

**17/ Comment décrirais-tu ton mode de consommation, alimentation ?**

* Compulsif, modéré, refreiné, conscient …

**18/ Consommes-tu des produits excitants (tabac, alcool, café, sucre…) ?**

* Si oui, lesquels et à quelle fréquence :

**19/ Quel est ton rapport à l’argent ? Sur une échelle de 0 à 10**

0 – J'ai beaucoup de mal avec l’argent, il brûle entre mes mains, et c'est difficile d’en gagner.

10 – Cette énergie est fluide entre mes mains, je n’en manque jamais, j’ai même de quoi investir dans tout ce que je veux.

**20/ Quelles sont tes plus grandes peur, craintes ?**

* Cite quelques exemples :

**21/ Remets-tu aisément les choses à plus tard ? Sur une échelle de 0 à 10**

0 – Je ne supporte pas de remettre les choses à demain, j’ai toute l’énergie pour le faire.

10 – Je recule au maximum les échéances et fais tout toujours à la dernière minute.

**22/ À quel point est-ce facile pour toi de te mettre en relation avec les autres ? sur une échelle de 0 à 10**

0 – Je suis d’une grande timidité, et si les personnes ne viennent pas à moi, je reste dans mon coin.

10 – J'ai toujours eu de l’aisance à rencontrer les gens, leur parler, je connais beaucoup de monde de différents milieux.

**23/ T’invectives-tu ?**

* Tout le temps
* Souvent
* Rarement
* Jamais

**24/ À quel point peux-tu te réjouir du bonheur des autres ? Sur une échelle de 0 à 10**

0 – Cela m’est extrêmement difficile, surtout si ces personnes ne le méritent pas.

10 – Je me réjouis du bonheur des autres et souhaite le meilleur à tous. On a tous le droit d’être heureux.

**25/ À quoi ressemble les 5 personnes que tu fréquentes le plus ? À quoi ressemble leur santé globale**?

(physiquement, énergétiquement, psychiquement, financièrement, relationnellement...)

-

-

-

-

-

# SATISFACTION :

**1/ Où en es-tu de ta satisfaction de ta vie et de ta santé (en une phrase / quelques mots) :**

* physique :
* mentale  :
* financière  :
* familiale  :
* sociale / relationnelle :

2/ As-tu le sentiment d’être **acteur(trice)** de ta vie ou plus **spectateur(trice)**?

3/ As-tu l’impression que quelque chose ou quelqu’un t’empêche vraiment d’être heureux(se) là maintenant ?

# REFLEXION

**1/ Es-tu en phase avec qui tu es / souhaites être ? sur une échelle de 0 à 10.**

0 – Je n’ai aucune idée de qui je suis.

10 – Je suis en connexion constante avec mon « Moi-intérieur » et je traduis parfaitement ce pourquoi elle s’est incarnée.

**2/ As-tu l’impression de réaliser des choses par rapport à d’autres, ou de ne faire que de suivre les rouages d’un système ? de faire des choses qui ne te concernent pas ? Sur une échelle de 0 à 10**

0 – Je me sens pleinement à ma place et je connais ma raison d’être.

10 – J'ai toujours fait ce qui m’a été demandé, de mes parents, de la société... sans me poser la question si c’est ce que je voulais vraiment.

3/ À quoi ressemblerait ta vie si tu étais parfaitement équilibré-e et si tu étais connecté-e à qui « TU ES » ?

En quelques mots

**4/ Qu’est-ce qu’un tel stage de 9 mois te demanderait de lâcher comme croyances, et que tu crois ne pas pouvoir le faire ?**

5/ En quelques lignes, quels sont les schémas négatifs que tu répètes ?

**6/ Quel est ton rapport face au fait de pardonner ? Sur une échelle de 0 à 10**

0 – Je suis rancunier-e, une fois que tu m’as fait du tort, j’en ai fini avec toi.

10 – Je pardonne facilement, je sais quelles chaines cela crée, tout en imposant des limites à ne pas franchir par la suite.

**7/ Qu’attends-tu de la vie, des autres ? En quelques mots.**

# ENGAGEMENT

**1/ Est-ce que tes actions sont en cohérence avec tes priorités et tes choix ? sur une échelle de 0 à 10**

0 – Je finis toujours par m’auto-saboter et ne pas respecter mes choix de départ, quant à mes priorités, je n’en suis clairement pas une.

10 – je suis parfaitement aligné-e, en congruence avec chacun de mes choix et de toutes les actions qui en découlent.

**2/ Quelles habitudes peux-tu commencer à changer, modifier et qui te rendraient heureux(se) ?**

**3/ Qu'es-tu prêt à mettre en place au plus tôt pour y arriver ?**

**Question annexe**

**Êtes-vous thérapeute, ou souhaiteriez-vous le devenir ?**

Si oui, souhaiteriez-vous à l’issu de cette formation semi-automatisée *« Libération des PLD »* passer une formation courte en présence beaucoup plus approfondie et diplômante afin d’être certifié et de le faire valoir auprès du public ?