

QUESTIONNAIRE sur notre rencontre, se connaître soi-même, construire notre amour

Connaissance de soi :

- Est-ce que je m'accepte tel que je suis ? Je cite 3 de mes qualités, et 3 de mes défauts.
- Qu'est-ce que j'aime en moi ? que je n'aime pas ?
- Ai-je confiance en moi ? dans quels domaines ? dans quels domaines non ?
- Suis-je heureux ? travail, loisirs, vie professionnelle ... Comment cela se manifeste-t-il ? Quelle est ma propre définition du bonheur ?
- Quels sont les domaines qui me passionnent ? Y-a-t-il des aspirations profondes qui sommeillent en moi et que je n'ai pu développer ?
- Dans ma vie de célibataire, y a-t-il certains domaines dont il me semble important de me séparer ? Suis-je prêt à renoncer à tel désir personnel pour le bien de mon conjoint ou du couple ? **Qu'est-ce que je quitte pour toi ? Suis-je prêt à te mettre au centre ?**
- Suis-je authentique/vrai avec mon (ma) fiancé(e) ? Si non, d'où provient cette difficulté ? Est-ce que j'ose être moi-même ?

Connaissance de mon, ma fiancé(e) :

- ✓ Quels sont tes centres d'intérêt ? Pouvons-nous les partager ? Comment ? Est-ce que j'accepte tes passions et tes centres d'intérêt (sport, distractions, culture,...) ? En avons-nous en commun comme base de notre amitié?
- ✓ Qu'est-ce que j'apprécie le plus en toi ? Je donne 3 de tes qualités.
- ✓ Quelle est la place des points suivants dans votre lien : goûts, tempéraments ? Foi ? Attrait physique ? Partage d'idées et d'engagements ? Tendresse ? Respect des différences ? Volonté ? Enfants ?...
- ✓ Est-ce que je veux partager toute ma vie avec toi ? Être parent avec toi ? vieillir ensemble ? Es-tu mon « rêve » ?
- ✓ Qu'est-ce qui me fait souffrir en toi ? Je donne 3 de tes défauts.
- ✓ Est-ce que je me sens respecté par toi ? Est-ce que je te respecte ? T'admire ?
- ✓ Est ce que je connais tes amis ? Suis-je à l'aise avec eux ?
- ✓ Ai-je un regard positif sur toi dans toutes les situations ? Dans nos familles respectives ? Avec mes amis ?
- ✓ Est-ce que je t'accepte profondément ? Ton caractère, tes habitudes, tes manières, ton milieu familial, ton éducation, tes expériences passées...Y a-t-il des choses qui m'incommodent ? De grosses différences ?

- ✓ Ai-je pris conscience que ce n'est pas moi qui te changerai, mais que tu peux évoluer, changer ?

Nous

- Comment s'est-on rencontré ? Hasard ? Conditionnement familial ou social?
- Coup de foudre ? Choix + raisonné ? L'1 des 2 a-t-il été + réticent ?
- Qu'est-ce que tu m'apportes ? (équilibre, vision de la vie, relation aux autres...)
- Notre amour me donne-t-il force et énergie ou m'épuise-t-il ?
- Est-ce que j'accepte ce que tu me révèles de moi ?
- Qu'est-ce qui a changé en moi depuis que tu m'aimes ?
- Puis-je te parler de mes problèmes personnels ? Ai-je suffisamment confiance en toi pour oser te dire mes fragilités ? Qu'est-ce que j'attends de toi, pour que tu m'aides ? et moi comment suis-je prêt(e) à t'aider ?
- Est-ce que je ressens ma responsabilité de t'épanouir ? Qu'est-ce qui me semble important d'éveiller en toi ? Comment puis-je développer tes talents ?
- Suis-je capable de le/la rendre heureux (se) ? Est-il/elle capable de me rendre heureux (se) ? d'être responsable l'un de l'autre ? de dépendre l'un de l'autre ?

EXERCICE : Quel est mon but dans la vie, qu'est-ce que je veux atteindre, quel est mon système de valeurs, sur quoi je veux fonder ma vie ?

Dans la liste suivante, classez chacun séparément les valeurs suivantes, numérotez-les par ordre de priorité, puis montrez-vous votre liste et parlez-en :

Famille	Enfants	Fêtes familiales
Carrière	Travail	Engagement politique ou syndical
Dieu	l'Eglise	Religion, pratique religieuse
Engagement associatif	Culture	Voyages
Engagement caritatif	Argent	
Vacances	Gastronomie	Bien-être, sport, fitness
Education	Cadeaux	Actualité
Fait-main/tout fait	Biens matériels :	high-tech, voiture, maison, accessoires

Complétez votre liste...