

Bonjour et bienvenue !
Comment te sens-tu aujourd'hui ?

Je suis contente de voir que tu prends
ton bien-être suffisamment au sérieux
pour vouloir te poser des questions !



C'est moi là !

Notre relation avec les autres n'est pas toujours facile.
On sent notre énergie partir en fumée avec certaines personnes,
alors que c'est le contraire avec d'autres !
Elles nous reboostent !
Inutile de te dire celles qu'il vaut mieux fréquenter
pour aller vers ta vie de rêve ! 😊
Les comparaisons ou les jugements des autres peuvent être néfastes
tant pour ta santé physique que mentale.

Les questions que je te pose plus bas, sont bien sûr sans jugement de ma part. Elles ne sont pas là pour te mettre mal à l'aise. Juste faire un constat, une observation d'une situation. Donc ne culpabilise pas, ne te juge pas. Il n'y a pas de bonnes ou mauvaises réponses, sois seulement honnête ! Ce n'est pas un devoir que je note ! Ce sera la base de ton travail sur toi-même.

Certaines réponses peuvent te faire mal. Ce n'est pas ce que je veux bien sûr... C'est le signe de ta prise de conscience. Si c'est le cas, que tu veux en parler, [écris-moi](#). Ne t'auto-flagelle pas, tu es au bon endroit pour comprendre tout ça et éventuellement changer certaines choses !

On commence ?!

Qualifierais-tu certaines personnes de ton entourage comme étant négatives ?
Qu'est-ce qui te fait dire ça ?

Qui sont les personnes qui t'inspirent ? Pourquoi ? Qu'ont-elles ?

Tes décisions, tes gestes, ton comportement, sont-ils fonction du jugement de ton entourage ?

Te sens-tu ou te mets-tu en compétition avec les autres ?

En couple : est-ce que ton couple t'apporte du bien-être ? De la sérénité ? Du positif ? Te sens-tu tiré vers le haut ?

Célibataire : est-ce qu'une relation de couple te manque ? Pourquoi ? Que vois-tu dans une relation de couple ?

As-tu de vrais amis ? Des personnes sur qui tu peux réellement compter ? A qui tu peux confier tes doutes, tes peurs ?

Lorsque tu rencontres de nouvelles personnes comment réagis-tu ? Quelles émotions, quelles pensées te traversent ?

Ca n'a peut-être pas été facile de répondre à ces questions, mais tu peux être fière de toi, tu souhaites avancer, comprendre et ainsi être plus heureuse dans ta vie. Un questionnaire ça n'a peut-être l'air de rien comme ça, mais ça fait travailler ce que tu as à l'intérieur de toi, ça permet de voir plus clair dans ta relation avec les autres !

Si tu souhaites partager tes réponses, ou si tu te poses une question



[Envoie-moi un message !](#)

Je serai heureuse d'en apprendre plus sur toi et de pouvoir te faire un retour !

A bientôt dans les Mots du Mercredi ! Prends soin de toi. 🧘‍♀️

Céline

Je suis Céline, coach de vie.
Je t'aide à avoir des relations harmonieuses avec les autres
pour que tu puisses vivre une vie épanouie.

J'ai créé le blog J'ai le Choix ! Certains articles peuvent t'aider :



Reconnaitre les Personnes Toxiques
Sortir des Jugements de la Société
Se Comparer aux Autres
La Bienveillance envers les Autres
Notion de la Relation de Couple