

## PETIT TEST POUR CONSTRUIRE UNE RELATION AMOUREUSE DE QUALITE

- ✓ Est-ce qu'au-delà de l'attraction physique, je me sens bien avec mon amoureux/amoureuse ?
- ✓ Est-ce que je sens que j'ai de la valeur à travers son regard ?
- ✓ Est-ce que je veux le meilleur pour cette personne ?
- ✓ Est-ce qu'elle veut le meilleur pour moi ?
- ✓ Est-ce que cette relation va élargir mon ouverture aux autres, mes amitiés?
- ✓ Est-ce que cette relation va me motiver pour me donner à fond dans mes études ou mon travail et pour déployer toutes mes capacités ?
- ✓ Est-ce que cette relation est en accord avec mes valeurs profondes, ce que je crois ?
- ✓ Est-ce que je pense que nous pourrions un jour construire ensemble un projet de vie ?
- ✓ Est-ce que nous savons nous demander pardon si nous nous sommes blessés ?

*Nous vous invitons à compter le nombre de oui et de non.*

*Chacun pourra tirer pour lui les fruits de ce test... Et s'il soulève des doutes ou des interrogations n'hésitez pas à en parler à un proche, ou de façon confidentielle avec les animateurs d'InSpir, formés à l'accompagnement des personnes...*