

Yvon Dallaire Psychologue Inc

Psychologue – Auteur – Conférencier - Formateur

Êtes-vous positive ou négative ?

Ce test a été élaboré par la journaliste Christelle Gilquin de *Femmes d'aujourd'hui Belgique*. C'est évidemment avec son approbation que je vous le sou mets.

Mettez un X sur votre réponse

1. Que lui dites-vous le plus souvent ?
 - Je t'aime ! _____
 - tu m'aimes ? _____
2. Au début de votre relation, vous avez vu tout le potentiel qu'il y avait en lui et vous avez décidé d'en faire quelqu'un de bien
 - Vrai _____
 - Faux _____
3. Vous êtes au resto et, tout à coup, vous ne trouvez plus rien à vous dire. Comment réagissez-vous ?
 - Vous paniquez : « Au secours on n'a plus rien à se dire » et commencez à vous demander si vous vous aimez encore. _____
 - Vous lui demandez de commenter le dernier match de sport auquel il a assisté ? _____
4. À quelle fréquence manifestez-vous de la mauvaise humeur ou des idées noires concernant votre couple ?
 - Une à plusieurs fois par mois. _____
 - Une fois tous les 6 mois. _____
5. Monsieur passe l'aspirateur. Comment réagissez-vous ?
 - Vous lui indiquez les coins qu'il a oublié. _____
 - Vous le remerciez pour son aide. _____
6. Votre couple s'est installé dans une agréable routine. La passion du début est loin. Qu'est-ce que cela vous inspire ?
 - Vous regrettez ce temps béni des dieux où votre cœur battait à tout rompre dès qu'il arrivait ? Vous aimeriez tant retrouver ces étincelles. _____
 - Vous êtes passée à autre chose. La tendresse, la complicité et la sécurité vous comblent désormais. _____
7. Votre homme va boire un verre avec son ex. Comment le prenez-vous ?
 - Vous lui interdisez. Et s'il y va malgré tout, vous l'assommez de questions pour savoir ce qui s'est passé. Ou pire, vous le suivez et le surveillez de loin. _____
 - Vous lui faites confiance. Ils sont restés en bons termes. Pourquoi ne se verraient-ils pas de temps en temps ? _____

8. Votre homme est difficile à vivre. Il vous promet régulièrement de changer ses travers (infidélité, boisson, jeu, manipulation...), mais ne tient jamais ses promesses.
 - Vous vous tenez à carreau. Vous espérez qu'à force de gentillesse, il finira par voir que vous êtes quelqu'un qu'il faut respecter. _____
 - Vous lui mettez un ultimatum : s'il ne change pas, vous partez. _____

9. Un chouette film sort au cinéma. Votre homme vous propose une petite sortie en amoureux. Mais, il y a les enfants...
 - Il sont trop petits pour être confiés à une gardienne. Vous préférez reporter et attendre que le film sorte en DVD ou passe à la télé payante. _____
 - Vous faites des pieds et des mains pour les faire garder. Ils ne seront pas traumatisés de passer une soirée sans vous. _____

10. Votre couple ne vous emballe plus. Vous ne partagez plus grand chose, si ce n'est des disputes. Quelle conclusion en tirez-vous ?
 - Il est temps de se réparer. _____
 - Ce n'est qu'un mauvais moment à passer. Il faut un moyen de nous retrouver. _____

La passion n'existe qu'au début d'un couple et ne dure rarement plus de quelques mois à deux ou trois ans. Cette passion est généralement remplacée par un amour plus tranquille et plus serein... et une lutte pour plus ou moins importante pour le pouvoir, chacun cherchant à imposer à l'autre sa façon de voir le couple. Mais il y a toujours possibilité d'entretenir un minimum, sinon un maximum de passion en restant positif plutôt qu'en dramatisant les situations conflictuelles.

Pour connaître les avis de différents experts (dont je suis) sur les questions ci-dessous, consultez le texte suivant en cliquant sur https://www.yvondallaire.com/pdf/Avec_mon_homme.pdf.

Je vous invite à vous abonner à mon infolettre mensuelle sur le couple et les relations homme – femme en visitant mon site <https://yvondallaire.com>. Vous pouvez aussi vous procurer ma trilogie sur le bonheur conjugal pour réussir ou sauver votre couple afin d'être heureux(se) à long terme : https://www.yvondallaire.com/pdf/Trilogie_du_bonheur_conjugal.pdf.