

QUESTIONNAIRE YUMAN CRÉATIF



« DE SOI AU SOI »

C'est avec plaisir que j'accueille déjà l'idée que tu envisages d'entreprendre **une séance ou une série de séances Yuman**, chacune d'elles consistent à t'accompagner à :

- dépasser tes pensées limitantes,
- développer ce profond potentiel et ces qualités humaines naturelles et fondatrice déjà présentes en toi qui ne demandent qu'à grandir librement,
- favoriser l'accès à ton **Soi** : *cet accès à la conscience d'une source d'énergie inépuisable, à l'intelligence collective et relationnelle qui est en toi.*

J'ai pris le temps d'élaborer ce questionnaire avec la sincère intention de te connaître et de t'accompagner au mieux. Je t'invite donc à répondre à ces questions avec authenticité et aisance vis-à-vis de toi et de nous. Les réponses au questionnaire ne sont pas définitives et ne te définissent pas, nous y reviendrons plus tard. Ce questionnaire est en lui-même un premier processus de travail sur toi. Tout en répondant aux questions et en gardant le sens, **tu peux** les commenter et/ou les reformuler.

** Obligatoire*

Nom* :

Prénom* :

Date de naissance et Age* :

Ville* :

Numéro de portable* :

Mail* :

Quels sont tes 4 prochaines disponibilités date et tranche horaire* :

.....
.....

Questionnaire à renvoyer par courrier à l'adresse indiquée en bas des pages

Ose t'exprimer avec sincérité et de façon créative !

Tu es invité à répondre aux questions par l'écriture, mais aussi en laissant une « *trace graphique* » : avec des traces crayons, stylos, feutre, collage, rature, tache, découpage, ou autre, tu es libre de répondre de façon spontanée par le mouvement, en écoutant la réponse émotionnelle de ton corps qui s'exprime à travers la feuille, sans visée artistique ou esthétique sans auto-jugement ou jugement d'autrui sur ce cheminement. Il s'agit de laisser répondre librement ton être profond de façon créative. « *Tout est possible* ».

« *La puissance d'un arbre, tel que le baobab, n'est pas dans sa grandeur ou sa prestance, mais elle est contenue s'exprime dans l'intention associée à la volonté de la graine à vouloir s'épanouir pleinement avec générosité* »

Coumba Davy | Coach Art-thérapeute



- Quel ont été les 3 choix les plus importants de ta vie ? *

- Comment prends-tu soin de toi et des autres ? *

- Qu'est-ce que tu aimes dans ta vie actuellement ? *



- Quel est ta première pensée au matin au réveil ? *

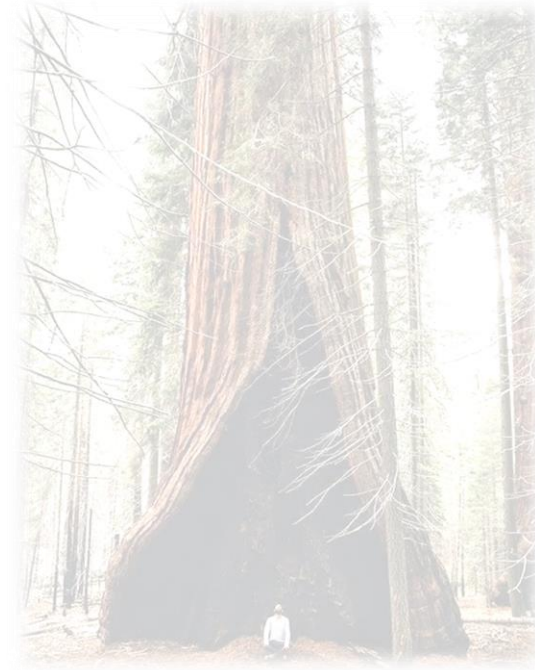
- Que souhaites-tu transformer avec cette séance ou ces séances ? *



▪ Cite 3 de tes peurs et dessine leurs tailles ? *

▪ Quel est ton rapport à la nature ? *

▪ Quelle sont tes activités du moment ? *



▪ Quel est la 1^{ère} chose que tu fais le matin au réveil ? *

▪ As-tu des habitudes ? *

Si oui lesquels ?



- *Exprime-toi ou pas : si tu as des choses à rajouter, que tu souhaites me partager des informations, que tu estimes importante que je sache, quelque que soit la forme, tu es libre de t'exprimer...*