



Comment ça fonctionne ?

Répondez honnêtement aux questions. Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses.

L'objectif est de mieux comprendre ce qui vous affecte profondément, pour ensuite choisir le carnet qui correspond à votre besoin de guérison.

Pourquoi découvrir vos blessures de l'âme ?

- Comprendre les mécanismes émotionnels qui vous freinent.
- Choisir des outils adaptés pour vous libérer de ces schémas.
- Travailler de manière ciblée sur votre guérison intérieure avec le carnet le plus approprié.

Ce quiz est un outil d'introspection et de réflexion personnelle. Il ne constitue en aucun cas un diagnostic professionnel ou une évaluation psychologique. Les résultats sont à titre indicatif et doivent être pris avec bienveillance envers soi-même.

Commencez le quiz et laissez votre âme vous guider vers la guérison.

QUIZZ

DÉCOUVREZ VOTRE BLESSURE ORIGINELLE DE L'ÂME GRÂCE À CE QUIZ INTROSPECTIF, CONÇU POUR VOUS AIDER À IDENTIFIER LA BLESSURE QUI INFLUENCE VOS COMPORTEMENTS ET VOS ÉMOTIONS, ET AMORCER AINSI UN CHEMIN DE GUÉRISON ET DE TRANSFORMATION

Entourez le petit symbole pour chaque réponse qui résonne le plus avec vous. Choisissez la réponse qui correspond le mieux à votre ressenti afin de découvrir la blessure originelle qui influence votre vie.

LORSQUE VOUS ÊTES EN CONFLIT, QUELLE EST VOTRE RÉACTION PRÉDOMINANTE ?

-  JE ME RETIRE POUR ÉVITER LE CONFLIT
-  JE ME SENS IMMÉDIATEMENT ATTAQUÉ(E) ET RÉAGIS DÉFENSIVEMENT
-  JE CHERCHE À SAVOIR QUI EST À BLÂMER
-  JE M'EFFORCE DE TROUVER UNE SOLUTION JUSTE POUR TOUS
-  JE M'INQUIÈTE DE CE QUE LES AUTRES VONT PENSER DE MOI

QUEL TRAIT DE CARACTÈRE VOUS DÉCRIT LE MIEUX ?

-  SENSIBLE ET SOUVENT SUR LA DÉFENSIVE
-  TIMIDE, ÉVITANT LE CENTRE D'ATTENTION POUR NE PAS ÊTRE JUGÉ(E)
-  INDÉPENDANT(E) MAIS CRAINTIF(VE) D'ÊTRE LAISSÉ(E) SEUL(E)
-  TRÈS CONCERNÉ(E) PAR L'ÉQUITÉ ET PROMPT(E) À SOULIGNER QUAND LES CHOSES NE SONT PAS JUSTES.
-  LOYAL(E) MAIS AVEC UNE FORTE ATTENTE DE TRAHISON DE LA PART DES AUTRES

QUIZZ

Entourez le petit symbole pour chaque réponse qui résonne le plus avec vous.
Choisissez la réponse qui correspond le mieux à votre ressenti afin de découvrir
la blessure originelle qui influence votre vie

DANS QUEL TYPE DE RELATION VOUS TROUVEZ-VOUS SOUVENT ?

-  DES RELATIONS OÙ JE CRAINS CONSTAMMENT D'ÊTRE ABANDONNÉ(E).
-  DES RELATIONS OÙ JE ME SENS FRÉQUEMMENT RABAISSÉ(E) OU HUMILIÉ(E).
-  DES RELATIONS OÙ JE ME SENS REJETÉ(E) OU NON DÉSIRÉ(E).
-  DES RELATIONS OÙ JE ME BATS SOUVENT POUR L'ÉQUITÉ ET LA JUSTICE
-  DES RELATIONS MARQUÉES PAR DES SENTIMENTS DE TRAHISON OU DE DOUTE

QUELLE ACTIVITÉ PRÉFÉREZ-VOUS ?

-  PARTICIPER À DES ACTIVITÉS DE GROUPE, MAIS AVEC UNE CERTAINE ANXIÉTÉ
-  TRAVAILLER SEUL(E) SUR DES PROJETS
-  DES ACTIVITÉS OÙ LA CONFIANCE ET LA LOYAUTÉ SONT PRIMORDIALES
-  DES ACTIVITÉS QUI PROMEUVENT LA JUSTICE ET L'ÉGALITÉ
-  DES ACTIVITÉS DISCRÈTES QUI NE METTENT PAS EN AVANT

QUELLE EST VOTRE PLUS GRANDE PEUR ?

-  D'ÊTRE REJETÉ(E) OU CONSIDÉRÉ(E) COMME INUTILE
-  D'ÊTRE ABANDONNÉ(E) OU DE SE RETROUVER SEUL(E)
-  D'ÊTRE TRAHI(E) OU TROMPÉ(E) PAR QUELQU'UN EN QUI J'AI CONFIANCE
-  D'ÊTRE RIDICULISÉ(E) OU HUMILIÉ(E) EN PUBLIC
-  D'ÊTRE TRAITÉ(E) INJUSTEMENT OU DE SUBIR UNE INJUSTICE

QUIZZ

Entourez le petit symbole pour chaque réponse qui résonne le plus avec vous. Choisissez la réponse qui correspond le mieux à votre ressenti afin de découvrir la blessure originelle qui influence votre vie

LORSQUE VOUS PENSEZ À VOTRE ENFANCE, QUEL SENTIMENT PRÉDOMINE ?

-  JE RESSENS UNE PEUR PROFONDE D'ÊTRE LAISSÉ(E) POUR COMPTE
-  JE ME SENS SOUVENT INCOMPRIS(E) ET DIFFÉRENT(E).
-  JE SUIS SENSIBLE À TOUTE FORME D'INJUSTICE ME CONCERNANT OU AFFECTANT LES AUTRES
-  JE ME MÉFIE DES INTENTIONS DES AUTRES. CRAIGNANT LA TRAHISON
-  JE CRAINS LE RIDICULE ET L'EMBARRAS DEVANT LES AUTRES.

QUEL ASPECT DE VOTRE VIE VOUS SEMBLE LE PLUS DIFFICILE À GÉRER ?

-  LA SOLITUDE ET LE SENTIMENT D'ÊTRE INUTILE
-  LE SENTIMENT DE NE PAS ÊTRE ACCEPTÉ TEL QUE JE SUIS
-  LA DIFFICULTÉ À FAIRE CONFIANCE AUX AUTRES
-  LE SENTIMENT QUE LE MONDE EST FONDAMENTALEMENT INJUSTE
-  L'ANXIÉTÉ LIÉE À L'IMAGE DE SOI ET À LA MANIÈRE DONT JE SUIS PERÇU

QUELLE CRITIQUE VOUS BLESSE LE PLUS ?

-  QU'ON VOUS JUGE ININTÉRESSANT(E) OU INADÉQUAT(E)
-  QU'ON SE MOQUE DE VOTRE APPARENCE OU DE VOS EFFORTS
-  QU'ON VOUS DISE QUE VOUS ÊTES TROP DÉPENDANT(E)
-  QU'ON VOUS ACCUSE D'ÊTRE INJUSTE OU PARTIAL(E)
-  QU'ON DOUTE DE VOTRE HONNÉTÉTÉ OU LOYAUTÉ

QUIZZ

Entourez le petit symbole pour chaque réponse qui résonne le plus avec vous. Choisissez la réponse qui correspond le mieux à votre ressenti afin de découvrir la blessure originelle qui influence votre vie

QUELLE EST VOTRE PLUS GRANDE QUALITÉ ?

-  LA CAPACITÉ À ÊTRE AUTONOME ET INDÉPENDANT
-  LA SENSIBILITÉ AUX BESOINS DES AUTRES
-  LA LOYAUTÉ ENVERS CEUX QUE J'AIME
-  UN SENS AIGU DE L'ÉQUITÉ ET DE LA JUSTICE
-  LA CONFIANCE EN SOI ET LE CHARISME

QUEL MANTRA POURRIEZ-VOUS UTILISER POUR VOUS GUÉRIR DE VOTRE BLESSURE ?

-  "MA VALEUR VIENT DE MES ACTIONS ET DE MON INTÉGRITÉ, PAS DU JUGEMENT DES AUTRES."
-  "JE LUTTE POUR LA JUSTICE ET L'ÉQUITÉ, DANS MA VIE ET AUTOUR DE MOI."
-  "JE SUIS DIGNE D'AMOUR ET D'ACCEPTATION, PEU IMPORTE CE QUE LES AUTRES PENSENT."
-  "JE CHOISIS DE FAIRE CONFIANCE AVEC PRUDENCE, MAIS JE RESTE FORT(E) FACE À LA TRAHISON."
-  "JE SUIS CAPABLE DE CRÉER MA PROPRE SÉCURITÉ ET DE NE DÉPENDRE DE PERSONNE."

DANS QUEL ÉTAT D'ESPRIT VOUS TROUVEZ-VOUS LE PLUS SOUVENT ?

-  RESENTANT UN VIDE INTÉRIEUR, AVEC UNE QUÊTE CONSTANTE DE CONNEXION
-  SENSIBLE AU JUGEMENT, AVEC UN EFFORT CONSTANT POUR L'ACCEPTATION
-  SUR MES GARDES, PRÊT À DÉFENDRE MA POSITION ET MES VALEURS
-  DANS UNE ANALYSE CONSTANTE DE CE QUI EST JUSTE ET INJUSTE
-  PRÉOCCUPÉ PAR LA MANIÈRE DONT JE SUIS PERÇU ET L'IMPACT DE MES ACTIONS

LES RÉSULTATS

Comptabilisez le nombre de point pour chacun des symboles.

Le symbole ayant eu le plus de point définit votre blessure d'âme.

 J'ai ... points  Blessure de l'Abandon

 J'ai ... points  Blessure du Rejet

 J'ai ... points  Blessure de la Trahison

 J'ai ... points  Blessure de l'Injustice

 J'ai ... points  Blessure de l'Humiliation

Vous avez maintenant identifié votre blessure dominante. Pour entamer un véritable chemin de guérison, je vous invite à découvrir le carnet qui vous correspond.

Chaque carnet est conçu pour vous guider pas à pas avec des outils puissants et pratiques, afin de transformer cette blessure en une force.

Commencez dès maintenant votre voyage vers la guérison !



Contact Us



www.hypneos.fr



hypneosteo



contact@hypneos.fr



hypneos

SUIVEZ NOUS

