

Questionnaire d'attachement adulte (Adult Attachment Interview = AAI)

Tous ces éléments ont des répercussions sur la construction des schémas de vos [patient.es](#) et [client.es](#) (et sur les vôtres bien entendu également).

1. Décrivez-moi votre situation familiale pendant l'enfance. Où viviez-vous ? Où êtes-vous né.e ? La famille a-t-elle beaucoup déménagé ? Quelles étaient vos activités enfant avec ou sans vos parent ?
2. Décrivez-moi les relations que vous aviez avec vos parents pendant l'enfance en remontant le plus loin possible.
3. Donnez-moi 5 adjectifs reflétant la relation avec votre mère.
4. Et avec votre père, 5 adjectifs reflétant la relation quand vous étiez petit.e ?
5. De quel parent étiez-vous le plus proche ? Pourquoi n'y avait-il pas ce sentiment avec l'autre parent ?
6. Quand vous étiez contrarié.e, qu'est-ce que vous faisiez ? Quand vous étiez troublé.e émotionnellement ? Quand vous vous faisiez mal ? Quand vous étiez malade ?
7. Est-ce que vous vous souvenez de votre première séparation d'avec vos parents ? Vos parents comment ont-ils réagi ?
8. Vous est-il arrivé de vous sentir rejeté.e ? Est-ce qu'il vous est arrivé d'être inquiet.e ou effrayé.e quand vous étiez enfant ? Même si après-coup, vous vous êtes dit que ce n'était pas le cas ? Quel âge aviez-vous quand vous avez ressenti ça pour la première fois, et qu'avez-vous fait ?
9. Est-ce qu'il est arrivé que vos parents vous menacent d'une manière ou d'une autre, par exemple pour la discipline ou en plaisantant ? Avez-vous été menacé.e d'abandon ou de mauvais traitements.
10. D'une manière générale, est-ce que vous pensez que l'ensemble de vos expériences avec vos parents ont affectés votre personnalité d'adulte ? Est-ce que vous pensez que certains aspects de vos expériences précoces ont pu nuire à votre développement ?
11. Est-ce que vous comprenez l'attitude de vos parents pendant votre enfance ? Pourquoi pensez-vous qu'ils se sont comportés ainsi ?
12. Y avait-il d'autres adultes proches de vous pendant l'enfance ?
13. Pendant votre enfance, y a-t-il eu des décès de parents proches ?
14. En dehors des expériences que vous avez déjà décrites, avez-vous eu d'autres expériences dont vous pensez qu'elles ont pu être traumatiques ?
15. Concernant votre relation avec vos parents, est-ce qu'il y a eu beaucoup de changements depuis l'enfance ?
16. Quelle relation avez-vous avec vos parents maintenant que vous êtes adulte ?
17. Par rapport à vos enfants si vous en avez, qu'est-ce que vous ressentez quand vous êtes éloignés d'eux ?
18. Et d'ici 20 ans, quelles sont les 3 choses que vous souhaiteriez pour vos enfants ?
19. Est-ce qu'il y a quelque chose de particulier que vous avez tiré de votre expérience d'enfant avec vos parents ?
20. Je vous ai interrogé.e sur ce que vous avez tiré de votre expérience d'enfant, j'aimerais maintenant que vous me disiez ce que vous espérez que vos enfants puissent retenir de leurs expériences d'enfants avec leurs parents ?

