

Outil d'évaluation clinique – Dynamique relationnelle

Objectif : Explorer les processus relationnels qui influencent le fonctionnement de la personne, son bien-être, sa santé psychologique, ses choix personnels et professionnels.

1. Contextes relationnels

- | | |
|--------------------------------------|---|
| ☐ Conjoint(e) | ☐ Amis |
| ☐ Enfants | ☐ Collègues |
| ☐ Parents | ☐ Supérieur |
| ☐ Fratrie | ☐ Employés |
| ☐ Famille | ☐ Autres : _____ |

2. Qualité des relations

Pour chaque relation importante, noter si elle constitue une :

- ☐ Ressource
- ☐ Source de stress
- ☐ Relation ambivalente

Notes : _____

3. Besoins relationnels

- | | |
|--|---|
| ☐ Être aimé | ☐ Être en sécurité |
| ☐ Être accepté | ☐ Être autonome |
| ☐ Être reconnu | ☐ Être libre |
| ☐ Être valorisé | ☐ Être utile |
| ☐ Être respecté | ☐ Appartenir |
| ☐ Être compris | ☐ Être soutenu |
| ☐ Être rassuré | ☐ Autres : _____ |

4. Schémas relationnels répétitifs

- | | |
|---|--|
| ☐ Difficulté à faire confiance | ☐ Recherche de validation |
| ☐ Peur du rejet | ☐ Contrôle |
| ☐ Peur de l'abandon | ☐ Relations fusionnelles |
| ☐ Besoin de plaire | ☐ Relations distantes |
| ☐ Besoin d'être indispensable | |
| ☐ Difficulté à mettre ses limites | Observations : _____ |
| ☐ Évite les conflits | |
| ☐ Se retire lorsqu'il y a souffrance | |

5. Rôles relationnels

- ☐ Sauveur
- ☐ Protecteur
- ☐ Responsable
- ☐ Médiateur
- ☐ Caméléon
- ☐ Perfectionniste
- ☐ Contrôlant
- ☐ Leader
- ☐ Effacé
- ☐ Aidant
- ☐ Suradapté
- ☐ Autres : _____

6. Mode de communication

- ☐ Assertif
 - ☐ Passif
 - ☐ Passif-agressif
 - ☐ Agressif
 - ☐ Difficulté à dire non
 - ☐ Difficulté à exprimer les besoins
 - ☐ Communication indirecte
 - ☐ Évitement des conflits
- Notes : _____

7. Blessures activées

- ☐ Rejet
- ☐ Abandon
- ☐ Critique
- ☐ Humiliation
- ☐ Trahison
- ☐ Injustice
- ☐ Contrôle
- ☐ Dévalorisation
- ☐ Exclusion
- ☐ Rupture

8. Stratégies d'adaptation

- ☐ Se retirer
- ☐ Faire plaisir
- ☐ Contrôler
- ☐ Se justifier
- ☐ Ruminer
- ☐ Surperformer
- ☐ S'isoler
- ☐ Minimiser
- ☐ Rationaliser
- ☐ Se culpabiliser
- ☐ Éviter

9. Effets réciproques

Les comportements de la personne suscitent :

- ☐ Protection ☐ Distance ☐ Conflits ☐ Coopération ☐ Méfiance ☐ Recherche de proximité

Observations : _____

10. Ressources relationnelles

- ☐ Empathie
- ☐ Écoute

Eugénie Ledoux-Deguire

- ☐ Authenticité
- ☐ Capacité à demander de l'aide
- ☐ Capacité à recevoir
- ☐ Limites saines
- ☐ Réseau de soutien
- ☐ Confiance
- ☐ Flexibilité
- ☐ Humour

11. Hypothèses cliniques

Besoins sous-jacents : _____

Principes organisateurs : _____

Schémas dominants : _____

Facteurs de maintien : _____

Leviers d'intervention : _____

Objectifs thérapeutiques : _____

12. Synthèse des interactions

