
VALUED LIVING QUESTIONNAIRE

INSTRUCTIONS

Vous trouverez ci-dessous des domaines de la vie qui sont importants pour la plupart des gens. Les valeurs ne sont pas la même chose que les objectifs.

Veuillez considérer les colonnes de chaque côté et vous poser les deux questions suivantes :

- Quelle importance a ce domaine dans ma vie ? (Colonne de gauche)
 - Tout le monde n'accorde pas d'importance à l'ensemble de ces domaines, et personne n'accorde la même importance à chacun. Évaluez chacun de ces domaines de la vie en fonction de l'importance qu'il représente à vos yeux.
- Combien de temps est-ce que je consacre régulièrement à ce domaine de ma vie ? (Colonne de droite)
 - Chacun d'entre nous est plus à l'aise dans certains domaines que dans d'autres. Nous ne vous demandons PAS d'évaluer ce que vous aimeriez faire idéalement. Nous aimerions connaître votre évaluation de ce que vous avez accompli **au cours de la semaine dernière**.

(N'OUBLIEZ PAS DE REPONDRE A CHAQUE ITEM S'IL VOUS PLAÎT)

VALUED LIVING QUESTIONNAIRE

Importance Pas du tout important Extrêmement important	Domaine	Consistance au cours de la semaine dernière Pas du tout en accord Totalement en accord
① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩	1. Relations familiales (autres que mariage et parentalité)	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩
① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩	2. Mariage/ couple/ relations intimes	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩
① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩	3. Parentalité	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩
① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩	4. Amitié/ relations sociales	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩
① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩	5. Vie professionnelle	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩
① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩	6. Etudes / formation	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩
① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩	7. Divertissements/ loisirs	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩
① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩	8. Vie spirituelle	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩
① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩	9. Civisme/ citoyenneté	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩
① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩	10. Santé/ Bien être	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩

