

~ Rapport évolutif ~

1- Quels étaient mes objectifs en débutant la thérapie ?

---

---

2- Qu'est ce que j'ai appris sur moi ?

---

---

3- Quels changements j'ai observés chez moi ...  
Sur ma manière d'agir ?

---

---

Sur ma manière de penser ?

---

---

Sur ma manière de me sentir ?

---

---

4- Comment je suis arrivé à ces changements ?

---

---

5- Qu'est ce que j'aimerais continuer à travailler ? Qu'est ce qu'il me reste à accepter ou à changer ...

Sur ma manière d'agir ?

---

---

Sur ma manière de penser ?

---

---

Sur ma manière de me sentir ?

---

---

6- À quel point ces difficultés interfèrent avec ma vie (personnelle, travail, famille, sociale, etc. )

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10  
pas du tout modérément énormément

7- À quel point je me semble capable de gérer mes difficultés sans aide professionnelle ?

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10  
pas capable modérément très capable

8- À quel point je suis satisfait(e) de la psychothérapie jusqu'à présent ?

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10  
pas du tout modérément énormément

9- Aujourd'hui, j'évalue l'atteinte de mes objectifs à \_\_\_\_\_ %