

FamiQuiz

jeu de partage

*Les questions sont
introspectives, chaleureuses, et
pensées pour réveiller les
souvenirs, renforcer les liens et
mieux se connaître.*

Margot Hypnose 65



1. Questions à poser à ses parents



Souvenirs & enfance (les leurs)

Quel est ton plus
beau souvenir
d'enfance ?

Margot Hypnose 65



1. Questions à poser à ses parents



Souvenirs & enfance (les leurs)

Quel était ton objet
préféré quand tu
étais petit(e) ?

Margot Hypnose 65



1. Questions à poser à ses parents



Souvenirs & enfance (les leurs)

Quelle personne de
ta famille t'a le
plus influencé(e) ?

Margot Hypnose 65



1. Questions à poser à ses parents



Souvenirs & enfance (les leurs)

Quel était ton plus
grand rêve à 10
ans ?

Margot Hypnose 65



1. Questions à poser à ses parents



Relation parent-enfant

Quel est ton
souvenir préféré de
moi quand j'étais
petit(e) ?

Margot Hypnose 65



1. Questions à poser à ses parents



Relation parent-enfant

Quelle a été la chose
la plus difficile dans
le fait de me voir
grandir ?

Margot Hypnose 65



1. Questions à poser à ses parents



Relation parent-enfant

Quelle est la plus
belle chose que tu
voulais me
transmettre ?

Margot Hypnose 65



1. Questions à poser à ses parents



Relation parent-enfant

Quelle est la qualité
que tu reconnais le
plus aujourd'hui
chez moi ?

Margot Hypnose 65



1. Questions à poser à ses parents



Leur vie, leurs choix

Quel choix important
de ta vie te rend le
plus fier/fière ?

Margot Hypnose 65



1. Questions à poser à ses parents



Leur vie, leurs choix

Y a-t-il quelque
chose que tu aurais
aimé oser plus tôt ?

Margot Hypnose 65



1. Questions à poser à ses parents



Leur vie, leurs choix

Qu'est-ce qui te rend
heureux(se)
aujourd'hui ?

Margot Hypnose 65



1. Questions à poser à ses parents



Leur vie, leurs choix

*Que voudrais-tu
que je retienne de ton
histoire ?*

Margot Hypnose 65



2. Questions à poser à ses
enfants adultes



Qui tu es aujourd'hui

Quelle est la chose
dont tu es le plus
fier/fière dans ta vie
actuelle ?

Margot Hypnose 65



2. Questions à poser à ses
enfants adultes



Qui tu es aujourd'hui

Quelle valeur
familiale tu penses
avoir gardée en
grandissant ?

Margot Hypnose 65



2. Questions à poser à ses
enfants adultes



Qui tu es aujourd'hui

Quelle est le meilleur
conseil que tu
pourrais offrir à ton
“toi” plus jeune ?

Margot Hypnose 65



2. Questions à poser à ses enfants adultes



Relation parent-enfant

*Quel souvenir fort
gardes tu de notre
famille ?*

Margot Hypnose 65



2. Questions à poser à ses enfants adultes



Relation parent-enfant

*Comment décrirais-tu
notre relation en trois
mots ?*

Margot Hypnose 65



2. Questions à poser à ses enfants adultes



Relation parent-enfant

*Qu'est-ce que tu
aurais aimé que je
comprenne plus tôt ?*

Margot Hypnose 65



2. Questions à poser à ses enfants adultes



Relation parent-enfant

Quelle est la chose
que j'ai faite qui t'a
le plus aidé(e) dans
ta vie ?

Margot Hypnose 65



2. Questions à poser à ses enfants adultes



Relation parent-enfant

Quelle est la qualité
familiale que tu
aimerais transmettre à
tes enfants ?

Margot Hypnose 65



2. Questions à poser à ses enfants adultes



Transmission & gratitude

*Qu'aimerais-tu me
dire aujourd'hui
que tu ne dis pas
souvent ?*

Margot Hypnose 65



2. Questions à poser à ses enfants adultes



Transmission & gratitude

*Qu'est-ce que tu
penses que j'ai réussi
dans mon rôle de
parent ?*

Margot Hypnose 65



2. Questions à poser à ses enfants adultes



Transmission & gratitude

Qu'aimerais-tu que
nous fassions plus
souvent ensemble ?

Margot Hypnose 65



3. Questions à poser à ses
petits-enfants / enfants mineurs



Souvenirs simples & joyeux

Quel est ton plus
beau souvenir avec la
famille ?

Margot Hypnose 65



3. Questions à poser à ses
petits-enfants / enfants mineurs



Souvenirs simples & joyeux

Qu'est-ce qui te fait
rire le plus à la
maison ?

Margot Hypnose 65



3. Questions à poser à ses
petits-enfants / enfants mineurs



Souvenirs simples & joyeux

Avec qui aimes-tu
passer du temps, et
pourquoi ?

Margot Hypnose 65




3. Questions à poser à ses
petits-enfants / enfants mineurs



Ressentis & émotions

Qu'est-ce qui te rend
heureux(se) en ce
moment ?

Margot Hypnose 65

 3. Questions à poser à ses
petits-enfants / enfants mineurs

 Ressentis & émotions

Qu'est-ce qui te
rassure quand tu es
triste ou que tu as
peur ?

Margot Hypnose 65




3. Questions à poser à ses
petits-enfants / enfants mineurs



Ressentis & émotions

Quelle est la plus
belle qualité que tu
vois dans la famille ?

Margot Hypnose 65

 3. Questions à poser à ses
petits-enfants / enfants mineurs

 Projets & imagination

*Si tu pouvais
organiser une journée
parfaite avec nous,
que ferais-tu ?*

Margot Hypnose 65




3. Questions à poser à ses petits-enfants / enfants mineurs



Projets & imagination

*Si notre famille
était un animal / un
héros / une couleur,
lequel choisirais-tu ?*

Margot Hypnose 65

 3. Questions à poser à ses
petits-enfants / enfants mineurs

 Projets & imagination

Qu'aimerais-tu
apprendre à faire avec
un membre de la
famille ?

Margot Hypnose 65



4. Questions à se poser entre frères et sœurs



Souvenirs complices

*Quel est notre
souvenir le plus
drôle ?*

Margot Hypnose 65



4. Questions à se poser entre frères et sœurs



Souvenirs complices

*Quel était notre jeu
préféré quand on
était petits ?*

Margot Hypnose 65



4. Questions à se poser entre frères et sœurs



Souvenirs complices

Quel moment t'a
fait te sentir proche
de moi ?

Margot Hypnose 65



4. Questions à se poser entre frères et sœurs



Mieux se connaître

Quelle est la
qualité que tu
admires chez moi ?

Margot Hypnose 65



4. Questions à se poser entre
frères et sœurs



Mieux se connaître

Quel trait de
caractère nous
différencie le plus ?

Margot Hypnose 65



4. Questions à se poser entre
frères et sœurs



Mieux se connaître

Qu'aimerais-tu que
l'on refasse ensemble
un jour ?

Margot Hypnose 65



5. Questions transversales (pour tout le monde)



Histoire familiale

*Quelle est le
souvenir de famille
que tu ne veux jamais
oublier ?*

Margot Hypnose 65



*5. Questions transversales
(pour tout le monde)*



Histoire familiale

*Quelle tradition
aimerais-tu ramener
ou créer ?*

Margot Hypnose 65



5. Questions transversales

(pour tout le monde)



Histoire familiale

*Quel est le repas
familial le plus
mémorable pour toi ?*

Margot Hypnose 65



5. Questions transversales

(pour tout le monde)



Relations & liens

Qu'est-ce que tu
trouvés unique dans
notre famille ?

Margot Hypnose 65



5. Questions transversales

(pour tout le monde)



Relations & liens

*Comment sais-tu
que tu es aimé(e)
dans cette famille ?*

Margot Hypnose 65



5. Questions transversales

(pour tout le monde)



Relations & liens

*Quel moment t'a fait
réaliser que la famille
est importante pour
toi ?*

Margot Hypnose 65



5. Questions transversales (pour tout le monde)



Projection & vision

*Quel est ton vœu
pour notre famille
dans les années à
venir ?*

Margot Hypnose 65



5. Questions transversales (pour tout le monde)



Projection & vision

Quelle est la chose que
tu aimerais que l'on
fasse tous ensemble au
moins une fois ?

Margot Hypnose 65



5. Questions transversales

(pour tout le monde)



Projection & vision

*Quelle qualité
familiale tu aimerais
renforcer ?*

Margot Hypnose 65