

Les questions suivantes ont pour but de servir de base à la création du vision board. Elles sont regroupées en trois catégories: passé, présent et futur.

Passé :

Quels sont les mots/adjectifs qui me viennent de ce qu'on a construit ensemble ?

Quelle est la plus belle réalisation de notre relation ?

Quelle est ma plus grande fierté dans la relation ?

Présent:

Qu'est ce qui génère de la joie ?

Quelles sont les valeurs fondamentales de notre relation ?

Qu'est ce qui m'anime chez ma/mon partenaire ?

Quelles sont les ressources de notre couple pour dépasser les obstacles ?

Ce qui est essentiel aujourd'hui pour notre équilibre de couple ?

Futur:

Dans 6 mois, 1 an, 3 ans ?

De quoi ai-je envie pour mon couple ?

En quoi la vie de couple serait meilleure ?

Qu'est ce qui serait différent au quotidien ? (les découvertes, accomplissements, réalisations, explorations, projets...)

Quand je nous projette dans cette vision de couple idéale plus renforcée, je nous imagine plus ceci, mieux cela...

Quelles nouvelles habitudes souhaitez-vous développer ?

Quel sera le prochain engagement, la prochaine action que je vais prendre pour prendre soin de ma relation d'amour ?