

# Es-tu émotif ?

**L'** émotivité, c'est la façon de réagir au monde. Ce n'est ni une qualité ni un défaut : c'est une façon d'être. Ce test est fait pour t'aider à connaître ton degré d'émotivité. Pour y répondre, reporte-toi au tableau ci-contre : "Comment utiliser ces questionnaires".

**A** Est-ce que tu sursautes quand on t'appelle et que tu ne t'y attends pas, ou quand le téléphone sonne ?  
Ou bien trouves-tu que c'est une drôle de question ?

**B** Changes-tu souvent d'humeur sans raison évidente ? Par exemple, une heure après t'être levé(e) plutôt joyeux(se), te sens-tu soudain morose, sans trop savoir pourquoi?.....  
Ou bien te sens-tu "toujours pareil(le)", ni spécialement joyeux(se), ni spécialement morose, quand tu n'as pas une vraie joie ou un vrai chagrin?

**C** si on te reproche une bêtise, as-tu aussitôt les larmes aux yeux ? Te sens-tu mortifié(e), bouleversé(e) d'être reconnu(e) coupable?  
Ou arrives-tu à te dire : j'ai commis une faute, on me la reproche, c'est désagréable, mais pas très grave?

**D** Quand quelque chose t'effraie dans la vie – ou même à la télé – as-tu envie de crier, de te sauver, d'appeler au secours?  
Ou bien arrives-tu à penser : attendons un peu, réfléchissons, ce n'est peut-être pas si terrible?

**E** Quand on t'annonce une très bonne nouvelle (par exemple que tu es invité (e) chez quelqu'un que tu aimes bien), te sens-tu toute excité(e) ? As-tu envie de rire, de chanter, de chahuter ?  
Ou bien restes-tu calme bien que tu sois très content(e) ?

**F** Quand on t'interroge à l'école, as-tu peur de te tromper, être mal jugé (e), même si tu as très bien appris ta leçon?

Ou bien n'as-tu peur de te tromper que lorsque tu n'as pas bien appris ta leçon?

**G** T'est-il arrivé un jour d'examen ou de concours (en classe, ou en sport, ou en musique) de faire beaucoup moins bien que d'habitude.....alors que justement tu souhaitais vivement faire très bien ?  
Ou bien, dans ces moments, exceptionnels. quand tu es bien préparé (e), fais – tu aussi bien que d'habitude ?

**H** Quand quelque chose ne va pas, et que quelqu'un de gentil essaie de te le faire dire, as-tu de la peine à t'expliquer, tout en ayant envie de le faire?  
Ou bien racontes-tu facilement ce qui te trouble ou te peine, pourvu que ce soit à quelqu'un de gentil ?

**I** Quand tu as une peine, un souci, une inquiétude, est-ce que la pensée de cette peine, de ce souci, de cette inquiétude, occupe en toi tellement de place que tu ne peux ni travailler comme d'habitude, ni être comme d'habitude avec les autres ?  
Ou bien parviens-tu à mettre de côté ton souci et ta peine, et à travailler et à être avec les autres à peu près comme d'habitude?

**J** Quand tu sais que quelque chose va changer dans ta vie (école, logement, camarades, loisirs), es-tu d'avance un peu inquiet(ète), ou même angoissée, simplement parce que ce fait nouveau risque d'avoir des côtés désagréables?  
Ou bien te dis-tu calmement : on verra bien?

# Actif ou non actif ?

**Q**ui aura encore le courage, après ses recherches sur l'émotivité, d'en faire sur l'activité? Cela va paraître facile : le questionnaire s'utilise de la même façon. Pourtant il faut se méfier d'une source d'erreur : la bonne réputation de "l'activité" dans le monde occidental. Aujourd'hui, il faut être "actif" pour "réussir" dans la vie. Or, on peut très bien réussir sa vie en étant non-actif. Ici, l'activité n'est ni une qualité ni un défaut, c'est une façon d'être. Les actifs ont un élan naturel vers l'action – vers toute action quand ils sont très actifs. Les non-actifs ne connaissent que rarement cet élan ; la plupart du temps, ils agissent malgré la difficulté d'agir, et non pas pour la joie d'agir. Aussi ne dois-tu pas répondre au questionnaire en tenant compte de l'activité que tu manifestes, mais de l'activité en tant qu'elle est désirée, voulue, de l'activité qui vient avec élan et non pas par devoir.

**A** Tu travailles sûrement beaucoup pour l'école, mais travailles-tu avec plaisir, même quand ce que tu fais ne t'intéresse pas spécialement ?  
Ou bien travailles-tu seulement.....parce qu'il le faut bien?

**B** Quand tu te réveilles, un matin de congé, penses-tu avec plaisir à ce que tu vas faire de ta journée?  
Ou bien as-tu envie, même si tu n'es plus fatigué(e), de te rendormir?

**C** Quand tu peux choisir entre un jeu et un travail utile, as-tu plutôt envie d'aller d'abord vers le travail utile, même fatigant?  
Ou bien préfères-tu jouer, au moins pour commencer?

**D** Tu viens de commencer un travail, mais voilà qu'une difficulté imprévue t'arrête dans ton élan : cette difficulté est-elle pour toi un stimulant, un obstacle que tu auras plaisir à vaincre?  
Ou bien te décourage-t-elle, au point que tu as envie de "tout plaquer" ?

**E** Pour les jeunes, en Europe, le travail est principalement le travail scolaire....impossible d'y échapper. Mais par ailleurs beaucoup d'activités peuvent être proposées : sports, musique, théâtre, scoutisme, découverte de la nature, activités sociales, radio - amateur, etc. Devant ces propositions, te

sens-tu tenté(e) par plusieurs activités (même si tu sais que tu ne pourras en prendre qu'une ou deux)?  
Ou bien as-tu tendance à dire "encore!" quand on t'en propose une ?

**F** Tu as choisi pour tes loisirs une activité facultative qui correspond à tes goûts et à tes aptitudes. Ce que tu as ainsi choisi, t'y donnes-tu avec élan, faisant les choses à fond, comme si tu y étais obligé(e)?  
Ou alors, bien que cette activité soit selon tes goûts, y es-tu un peu un amateur, n'allant que rarement jusqu'au bout de tes possibilités ?

**G** Aimes-tu mieux faire que regarder ? Par exemple, aimes-tu mieux jouer (au tennis, au ping-pong, au football, etc.) que de regarder un match à la télé?  
Ou bien aimes-tu mieux regarder le match tranquillement au chaud chez toi plutôt que de te fatiguer sur le terrain ?

**H** Quand tu penses à ton avenir, vois-tu le travail comme une occasion de t'épanouir autant que comme un moyen de gagner ta vie ?  
Ou bien crains-tu que ce travail ne soit qu'un gagne-pain dont tu te dispenserais volontiers si tu le pouvais ?

**I** Quand tu rêves éveillé(e), tes rêves prennent-ils la forme de projets précis ?  
Te dis-tu : "Je voudrais faire telles choses dans tel endroit et je m'y préparerai de telle façon?  
Ou bien tes rêves sont-ils plutôt des évasions agréables ("Ah ! comme j'aimerais être ceci ou cela.....") qui ne t'entraînent que rarement à une préparation précise?

**J** Tu allais commencer un travail qui ne te passionnait pas particulièrement....un camarade arrive, que tu aimes bien.  
Malgré ton amitié, vois-tu sa visite comme un incident fâcheux, qui retarde le travail à faire ?  
Ou bien vois-tu sa visite comme une chance, car elle retarde le moment où tu devras bien te mettre à ce travail ?

# Primaire, ou secondaire ?

**N**ous allons ici user de deux mots qui peuvent paraître un peu bizarres : primarité et secondarité. Un primaire n'est pas un primate ! Un primaire, qui peut être professeur d'université, c'est pour le caractérologue, quelqu'un chez qui les émotions ne durent que pendant un premier temps : pour un petit incident, quelques minutes : pour quelque chose d'important, quelques jours : pour quelque chose de grave, quelques semaines.

C'est quelqu'un qui – même s'il a une très bonne mémoire intellectuelle – semble ne pas avoir ce que l'on pourrait appeler une grande mémoire affective : le passé lui fournit, comme à tout le monde, des renseignements et des enseignements, mais il n'en revit pas les émotions.

Il vit dans le présent, c'est le présent qui lui importe. Pour lui, hier est vite enterré, et demain – ou surtout après-demain- n'a pas encore d'existence.

Un secondaire (qui peut savoir à peine lire) est pour le caractérologue, quelqu'un chez qui les émotions se prolongent dans un second temps : quelques heures au lieu de quelques minutes pour un incident ; quelques semaines au lieu de quelques jours pour quelque chose d'important; et parfois toute la vie pour des événements graves.

Un grand secondaire, c'est quelqu'un qui a du mal à vivre dans le présent : il revit sans cesse le passé, proche ou lointain. Par exemple, il joue avec des camarades à un jeu qu'il aime et il "devrait" être joyeux. Mais il a été grondé injustement une heure avant. Alors, il ne parvient pas à jouer avec entrain, et ses camarades s'étonnent de son air boudeur.

Enfin, quand le secondaire pense à l'avenir, c'est souvent pour y transporter le passé : "Dans ma nouvelle école, c'est sûr, ce sera comme dans la précédente, il y aura des profs que j'agacerai".

Entre primaire et secondaire, que d'occasions de ne pas de comprendre ! Les primaires traitent les secondaires de " boudeur, rancunier, prisonnier de tes habitudes ! Jamais spontané !" Et les secondaires traitent les primaires de "sans parole, léger, inconstant, incapable de fidélité et même de continuité !"

Voilà des étiquettes vite collées même en famille. Et il est vrai que primarité et secondarité sont les pierres d'attente de défauts inverses.

Mais ce que nous cherchons ici, c'est à comprendre ce qui se passe au fond de chacun et dont il n'est pas responsable. Ce n'est pas mieux d'être primaire, ce n'est pas mieux d'être secondaire. Ce qui est bien ou mal, c'est l'usage que nous faisons de notre primarité ou de notre secondarité.

**A** Es-tu un peu agacé, un peu dérouté par ce qui t'oblige à changer tes habitudes (un professeurs qui fait travailler autrement que son prédécesseur, par exemple) et as-tu du mal à prendre ces nouvelles façons de faire, même si tu les juges bonnes ?

Ou bien le changement te semble-t-il plutôt agréable ?

**B** Quand tu as commencé quelque chose, un livre, un travail manuel, un jeu. as-tu envie de continuer jusqu'à ce que tu aies vraiment fini, même si cela ne te passionnait pas vraiment ? Ou bien t'est-il indifférent de passer à autre chose sans avoir terminé ?

**C** Si l'on t'invite à une fête où tu devras jouer un rôle précis, porter un déguisement, apporter un plat, faire un petit discours, commences-tu à y penser, à te préparer à ce rôle, dès que tu as reçu l'invitation ? Ou bien attends-tu la dernière minute ?

**D** Es-tu au moins vaguement attaché à tes vieux vêtements, regrettant de devoir les abandonner et cela même si tu les as remplacés par des vêtements qui te plaisent ? Ou bien te sens-tu indifférent à ces objets qui te sont désormais inutiles ?

**E** Quand tu ranges ta chambre, as-tu tendance à remettre les choses toujours à la même place ? Ou aimes-tu, si c'est possible, changer la place des objets et même celle des meubles ?

**F** Quand tu as été blessé ou simplement déçu par quelqu'un, as-tu du mal à oublier, même si tu essaies de pardonner ? T'est-il difficile d'être "tout à fait comme avant" avec cette personne ? Ou bien pardonnes-tu facilement ?

**G** Quand tu as fait une promesse, te sens-tu longtemps lié par cette promesse. Ou bien penses-tu que c'est déjà bien de l'avoir tenue quelque temps ?

**H** Quand un adulte prend vis-à-vis de toi un engagement ( t'emmener voir tel film.....ou t'aider à corriger tel défaut ..) es-tu profondément meurtri si cette promesse n'est pas tenue ? Ou bien, même si tu es déçu, te dis-tu facilement : "Bon, il a oublié, je ne vais pas en faire une histoire....."?

**I** Devant une idée nouvelle, une mode nouvelle, une personne nouvelle, un lieu nouveau pour toi, te sens-tu un peu sur tes gardes, un peu mal à l'aise ?  
Ou bien es-tu immédiatement intéressé, tenté de te laisser séduire ?

**J** Quand tu penses à ton avenir, le vois-tu comme quelque chose que tu commences à préparer ?  
Ou bien t'apparaît-il comme quelque chose de lointain et d'irréel ?



Sacerdoce