

Questionnaire de repérage : le syndrome du gisant

Ce questionnaire est un outil d'exploration symbolique. Il ne remplace en aucun cas un diagnostic médical ou psychologique. Il permet d'identifier certains indices potentiels de syndrome du gisant dans une démarche thérapeutique ou de mémoire cellulaire.

1. Histoire familiale

- Y a-t-il eu dans votre famille un enfant décédé avant votre naissance (frère, sœur, fausse couche, IVG, jumeau non né) ?
 - Si vous n'avez pas connaissance de ces informations c'est le moment de vous rapprocher de votre famille pour une discussion autour de ces sujets.
- Un de vos prénoms ou vos initiales sont-ils similaires à ceux d'un défunt ?
 - Exemple : Votre grand père s'appelle Théodore, vous vous appelez Théo
- Avez-vous été conçu(e) après un deuil, une perte ou un événement traumatique non exprimé ?
 - De même si vous n'avez pas accès à ces informations, il est peut-être temps de vous rapprocher de vos parents pour que la

2. Signes émotionnels ou comportementaux

- Avez-vous parfois le sentiment de vivre « à côté de votre vie » ou de ne pas être à votre place ?
- Ressentez-vous une tristesse diffuse, une mélancolie sans cause apparente ?
- Vous arrive-t-il de chercher constamment à « réparer » ou à « compenser » pour les autres ?

3. Manifestations physiques ou symboliques

- Avez-vous des attirances marquées pour le silence, la solitude, la pénombre, les lieux sombres ?
- Souffrez-vous d'une fatigue chronique, de troubles du sommeil ou d'une énergie globalement basse ?
- Avez-vous un rapport ambivalent à la mort (peur intense, fascination, pensées récurrentes) ?

Si vous avez répondu « oui » à une majorité des questions ci-dessus, il peut être utile d'explorer symboliquement l'hypothèse du syndrome du gisant, dans un cadre thérapeutique bienveillant et encadré. Si vous avez des doutes, parlons-en [ici](#).