

# KOKOLOGIE

## LA PSYCHOLOGIE EN S'AMUSANT

D'ou vient la Kokologie ?

Le terme Kokologie vient du japonais « koko » qui signifie « esprit, sentiment », et du grec « logia » qui veut dire « étude ».

Kokologie est une série de livres créée par Tadahiko Nagao, écrivain, and Isamu Saito, psychologue et professeur d'université. Les livres ont été publiés pour la première fois en 1998 au Japon et sont vite devenus des bestsellers. Ils ont été disponibles aux États-Unis en 2000.

*L'objectif principal de ces livres est l'analyse de la psyché profonde en utilisant des théories de Freud et Jung.*

### En quoi ça consiste ?

C'est une série de jeux psychologiques utilisés pour dévoiler les traits de caractère émotionnels et comportementaux. Le principe est simple, à l'instar d'un test de Rorschach, la Kokologie est une série de petits tests qui fait appel à l'imagination. A partir de scénarios habituels ou farfelus, une série de questions est posée. Il suffit de dire la première chose qui vient à l'esprit et, parfois même pour les artistes en herbe, d'improviser un dessin. Les questions sont faites pour révéler les conceptions cachées de chacun à propos de sexe, de l'amour, de la famille, de l'amitié, du travail et tous les autres aspects de la vie. Tu peux jouer seul, mais aussi en groupe, c'est l'occasion d'en apprendre beaucoup sur tes amis et ta famille, d'ouvrir la discussion mais aussi de rire ensemble. Après tout la Kokologie est faite pour apprendre à se connaître en s'amusant.

Voici quelques petits tests pour commencer à vous découvrir :

### Test 1: Derrière la porte...

Imaginez-vous en promenade à travers la ville. La journée est belle et perdu dans vos pensées vous en profitez pour vous détendre, profiter du soleil sur votre peau et vous dégourdir les jambes. Vous tournez sur une rue que vous n'avez jamais parcourue avant, et, alors que vous marchez tranquillement vous passez devant une belle maison quelque peu en retrait de la rue. Vous remarquez que la porte est à moitié ouverte.

Pourquoi la porte est-elle entrouverte?

1. La maison se fait cambrioler.
2. Le propriétaire a oublié de fermer la porte.
3. Le propriétaire est à l'intérieur, balayant l'entrée.

### Interprétation

Les portes ont une double signification : elles peuvent être des passages, mais elles peuvent aussi être des barrières. En particulier, la porte d'entrée d'une maison représente sa première ligne de défense, tout ce qui se tient entre ses habitants et les incertitudes du monde extérieur. En imaginant une porte ouverte qui devrait

normalement être fermée, vous envisagez un scénario de vulnérabilité et d'exposition. Sur le plan subconscient, la raison que vous avez imaginée pour que la porte soit ouverte est liée à la façon dont vous vous ouvrez au monde et exposez vos propres faiblesses aux autres.

### **1. La maison se fait cambrioler**

Vous présumez instantanément le pire dans n'importe quelle situation, et ce trait est encore plus évident que lorsque les choses tournent vraiment mal. Vous ne vous énervez jamais lors d'une crise, mais uniquement parce que vous êtes trop occupé à paniquer. La prochaine fois qu'une catastrophe se produit, il est donc important de garder la tête froide, de penser à prendre quelques grandes respirations et compter jusqu'à dix.

Ensuite seulement, vous serez libre de tomber dans les pommes :p

### **2. Le propriétaire a oublié de fermer la porte**

Vous n'êtes pas du genre à vous laisser emporter dans des situations de crise. Au contraire, vous êtes tellement détendu que vous ne remarquez peut-être même pas qu'une crise se produit. Les erreurs que vous faites sont davantage dues aux oublis qu'aux mauvaises intentions, mais malheureusement les résultats finaux pour vous (et les personnes qui vous entourent) sont les mêmes.

### **3. Le propriétaire est à l'intérieur, balayant l'entrée**

Vous pouvez sembler décontracté, mais vous ne baissez jamais votre garde. C'est cet état de vigilance relâchée constante qui fait de vous un individu mature. Bien sûr, vous avez toujours vos faiblesses, mais vous ne les exposez pas au monde entier.

## **Test 2: Les animaux messagers**

Un samedi après-midi, vous êtes tranquillement chez vous à vous relaxer, lorsque que vous êtes tiré de votre rêverie par la sonnette d'entrée. Lorsque vous ouvrez la porte, vous êtes accueilli par une surprise très inhabituelle: deux animaux messagers sont venus pour vous informer de votre vie future! Mais lorsque vous ouvrez leurs messages, vous voyez qu'ils contiennent des prédictions très différentes. L'un des animaux a apporté une lettre annonçant une vie de bonheur et de contentement; l'autre ne prédit que le désastre et le désespoir.

Lequel des animaux ci-dessous a apporté la bonne nouvelle, et lequel le présage de malheur? (Choisissez un animal différent pour chacun).

1. Tigre
2. Chien
3. Mouton
4. Perroquet
5. Tortue

## **Interprétation**

Pour la plupart des gens, l'avenir est grandement influencé par le choix d'un partenaire. Les animaux messagers dans ce scénario correspondent en réalité à votre propre perception du genre de personnes susceptibles de vous apporter de la joie et du chagrin. Les animaux sont riches et complexes sur le plan psychologique, avec une gamme d'attributs et d'associations positives et négatives. Dans ce scénario, l'animal que vous avez choisi comme porteur du message de bonheur représente le type de personne que vous percevez comme le conjoint idéal, tandis que l'animal de malheur est le type de personne qui réveille vos craintes, celles qui, pour vous, peuvent vous tirer vers le bas.

### 1. Tigre

**Bonne nouvelle:** vous vous voyez plus heureux avec un compagnon ambitieux et puissant, doté d'une volonté indomptable de régner.

**Tristesse et malheur:** vous redoutez la perspective d'un partenaire vaniteux et tyrannique qui se pavane comme un seigneur de la jungle et grogne à propos du partage des tâches ménagères.

### 2. Chien

**Bonne nouvelle:** La loyauté inconditionnelle et le dévouement absolu sont ce que vous recherchez le plus chez votre partenaire.

**Tristesse et malheur:** Vous êtes totalement incompatibles avec ceux qui essaient de plaire à tout le monde et s'inquiètent de ce que les autres pourraient penser.

### 3. Mouton

**Bonne nouvelle:** vous voyez la clé du contentement chez un conjoint chaleureux et nourricier.

**Tristesse et malheur:** Vous redoutez de vous retrouver coincé avec un partenaire ennuyeux qui se satisfait de passer chaque jour à pâturer le même vieux gazon.

### 4. Perroquet

**Bonne nouvelle:** rien ne vous conviendrait mieux qu'un partenaire bavard et enjoué qui sait vous faire rire.

**Tristesse et malheur:** Personne ne serait pire pour vous qu'une grande gueule ou un beau parleur atteint d'une grave allergie au travail.

### 5. Tortue

**Bonne nouvelle:** Votre compagnon idéal est sérieux, très fiable et toujours là quand vous en avez besoin. C'est quelqu'un sur qui compter.

**Tristesse et malheur:** La perspective d'une vie passée avec un partenaire lent et réfléchi, qui prend tout son temps avant de passer à l'action, source de frustrations pour vous, est votre pire cauchemar.

## Test 3: De bleu vêtue...

Le cours d'art plastique est presque un rite de passage dans notre société. Peu d'entre nous peuvent prétendre avoir réussi à éviter l'expérience de la création d'un objet – coquetier, porte-serviette ou cendrier – pour être ensuite confrontés à cet espace vide et immaculé, exigeant que vous fassiez quelque chose, n'importe quoi, pour le décorer.

Une simple tasse à café blanche de votre confection est prête à être ornementée et vous regarde fixement. Vous avez choisi d'utiliser un beau revêtement bleu. Maintenant, si seulement vous pouviez décider du modèle ...

Lequel des motifs suivants peignez-vous en bleu sur la tasse?

1. Des rayures.
2. Des pois.
3. Des carreaux.
4. Des lignes ondulées.

## Interprétation

Le bleu est la couleur la plus profondément associée au fonctionnement interne de l'esprit, de l'imagination à l'intuition en passant par l'intellect. La surface blanche de votre tasse à café fournit une ardoise vierge et donne à votre esprit la liberté de s'exprimer de la manière la plus naturelle et la plus confortable. En ce sens, le modèle

que vous avez sélectionné reflète la structure et les forces de votre esprit dans son approche de la créativité et de la résolution de problèmes.

### **1. Les rayures**

Vous favorisez une approche directe et claire, ce qui fait de vous un décideur avisé capable de résoudre les problèmes et de mettre en œuvre les plans immédiatement. Il est naturel que les gens vous perçoivent comme un leader et un pilier de force dans les moments difficiles.

### **2. Les pois**

Votre force réside dans la nature adaptative et artistique de votre esprit. Cela peut vous donner l'air un peu décalé, voire excentrique pour certains, mais vous apportez une réelle contribution au monde en tant que créateur doté d'une vision unique.

### **3. Les carreaux**

Vous excellez à maîtriser les exigences du quotidien, mais cela ne vous rend en aucun cas ordinaire. Peu de gens sont capables d'organiser leur vie avec une telle efficacité. Et le résultat de vos efforts est que vous semblez toujours avoir assez de temps, de richesse et de compassion pour partager avec ceux qui sont dans le besoin.

### **4. Les lignes ondulées**

Votre talent est de savoir créer une atmosphère dans laquelle il est facile de ressentir et d'exprimer de l'amour. Ce n'est pas que vous ayez besoin d'attention ou d'affection, mais les gens se sentent naturellement bien en prenant soin de vous et en vous soutenant. Et toute cette bonne volonté a un effet ricochet qui touche les vies de ceux qui vous entourent de manière subtile. Demandez aux gens qui vous connaissent et qui vous aiment: votre présence en ce monde ne le rend que meilleur.

## **Test 4: Au fil de l'eau**

C'est peut-être parce que nous retrouvons instinctivement les racines de la vie dans les océans, c'est peut-être quelque chose de figé au plus profond de notre cerveau; quelle que soit la raison, la mer détient un pouvoir spécial sur nous. La saveur de l'air salin, les fines gouttelettes de l'écume, le doux fracas des vagues: tout cela stimule et apaise. Parfois, une promenade sur une plage de sable peut vous transporter bien plus loin de ta réalité quotidienne que de la distance que vous parcourez. C'est peut-être pour cela que la mer occupe une place particulière dans le cœur des amoureux. Cela leur donne l'occasion de voyager ensemble, ne serait-ce que pour un bref instant, dans un autre monde.

**-Question 1:** Vous marchez le long d'une plage tranquille. En vous promenant dans les dunes, vous apercevez une planche de surf échouée sur le sable. Décrivez la planche de surf et l'impression qu'elle vous fait.

**-Question 2:** Vous montez sur la planche et décidez d'aller tenter votre chance sur les vagues. Quelles sont les conditions pour surfer aujourd'hui?

**-Question 3:** Vous avez réussi à vous mettre debout et vous éprouvez le doux frisson de chevaucher la vague, lorsque soudainement vous trébuchez et tombez la tête la première dans l'eau. Que pensez-vous, ressentez-vous ou essayez-vous de crier alors que vous tentez de retrouver votre chemin vers la surface?

**-Question 4:** Votre sortez enfin indemne de l'eau et, en regardant vers le rivage, vous voyez quelqu'un que vous connaissez debout sur la plage. Cette personne vous observait attentivement. Qui est cette personne?

## Interprétation

La plupart d'entre nous sentons intuitivement de fortes associations psychologiques entre la mer et le sexe. La façon dont vous avez imaginé votre expérience sur les vagues en dit long sur vos attentes et vos désirs dans le domaine sexuel.

### **Question 1**

À travers l'histoire et les cultures, la mer est décrite comme féminine. Sur cette toile de fond, la planche de surf fournit un exemple manifeste de ce que Freud a qualifié de « symbole phallique ». Femmes: Votre description de la planche de surf correspond à votre impression des caractéristiques sexuelles masculines. Hommes: Votre réponse montre votre perception de votre propre sexualité physique.

« Elle comme toutes les autres planches de surf là-bas. Vous en avez vu une, vous les avez toutes vues. » Soit vous n'avez pas vu assez de planches de surf, soit vous en avez beaucoup trop vu.

« C'est une énorme longboard en bois, fraîchement cirée et brillante, avec une rayure rouge au milieu. » Merci pour l'information, mais c'est un peu plus que ce qu'on voulait savoir.

« Une vieille planche tristounette dont personne ne veut plus. » Ne la jugez pas si vite. Qui sait? Un peu de cire et de polissage et cette vieille planche sera comme neuve !

### **Question 2**

Les conditions de surf que vous avez décrites révèlent vos propres espoirs et attentes vis-à-vis du sexe.

« L'eau est chaude et invitante. Les vagues se succèdent doucement sur la plage. » C'est largement suffisant pour être d'humeur lascive.

« L'eau est un peu froide, et il n'y a pas de vague en vue. » Ne vous inquiétez pas, il y aura d'autres jours, d'autres opportunités. Peut-être qu'aujourd'hui, vous pourriez simplement vous blottir dans une couverture de plage.

"Vagues gigantesques! Un tsunami de 10 mètres! Kowabunga, bébé !" Ouha quelqu'un a les hormones en folie par ici

### **Question 3**

L'immersion totale dans les eaux tourbillonnantes est une métaphore du pic de plaisir sexuel. Vos pensées et vos sentiments alors que vous luttiez vers le haut correspondent à ceux que vous vivez en extase.

« Oh, putain, j'ai failli y arriver! J'étais si proche! » Je suppose que vous attendiez quelque chose de plus de l'expérience?

« Aidez-moi! S'il vous plaît, aidez-moi! Je ne peux pas respirer! » Espérons que quelqu'un ici connaît le bouche-à-bouche ;).

« Hé, ce n'est pas si grave. Je pense que je vais rester ici et nager jusqu'à ce que la vague passe. » Ne soyez pas trop à l'aise là-bas. Vous allez devoir revenir prendre l'air au bout d'un moment.

### **Question 4**

La personne que vous imaginez debout sur la plage est une personne qui suscite un vif intérêt, au sens sexuel du terme. Cela n'indique pas nécessairement un désir sexuel actif; il se peut que vous soyez simplement curieux de savoir à quoi ressemble cette personne dans les moments les plus intimes et les moins surveillés. Encore une fois peut-être, juste peut-être, c'est quelque chose que vous voudriez découvrir en direct.

La personne que vous avez nommée était-elle votre amoureux actuel ou un amour secret? Cela ne devrait pas être trop difficile à accepter. Mais il y a toujours ceux qui

nomment un membre de leur famille, un collègue, leur dentiste ... Ne vous inquiétez pas, vos secrets sont en sécurité ici ;).

### **Test 5: Vers un nouveau lendemain**

L'horloge sonne minuit, Times Square s'illumine et le son des bouchons de champagne qui éclatent se fait entendre partout dans le monde. Et après tout ce battage médiatique, après les angoisses et les anticipations de chacun, le monde a réussi à faire son chemin en toute sécurité vers une nouvelle décennie. En regardant en arrière, nous pouvons voir que les prophéties apocalyptiques ont été exagérées. Mais nous avons tous partagés pendant un moment ce sentiment de nouveauté et d'opportunité, la possibilité de créer un monde meilleur que celui dont nous avons hérité.

**-Question 1:** Vous travaillez pour une société d'urbanisme. Vous avez été affecté à l'équipe de développement urbain pour un projet majeur de la nouvelle décennie. On vous a demandé de proposer un thème inspirant pour la réorganisation de la ville. Quel thème proposez-vous ?

**-Question 2:** L'équipe de projet compte un certain nombre de membres, chacun possédant un certain ensemble d'expériences et de compétences. Pourquoi pensez-vous avoir été sélectionné pour participer à ce projet? (Donnez autant de raisons que vous le souhaitez).

**-Question 3:** Quel genre de personne est le chef du projet? Décrivez sa personnalité, ses qualités et ses défauts en tant que leader.

### **Interprétation**

Les villes sont des symboles naturels de la vie sociale. La plupart des villes que nous connaissons se sont développées de manière imprévue et se sont étendues de manière apparemment aléatoire. Mais ce scénario vous demande de planifier délibérément une ville pour l'avenir, en donnant à votre esprit la possibilité d'exprimer sa vision d'un cadre idéal pour l'interaction humaine. Vos réponses révèlent votre approche et vos sentiments sur le monde social qui vous entoure.

#### **Question 1**

Le thème que vous avez choisi pour la nouvelle ville est un élément essentiel à votre bonheur en tant que membre de la société. Et pour la plupart des gens, cela représente même ce qui fait cruellement défaut à leur environnement présent.

Votre thème était-il idéal, comme « harmonie », « paix » ou « mère nature »? Nous avons tous de plus en plus besoin de ça ces temps-ci. Ou avez-vous choisi quelque chose comme un monde fantastique de dessin animé ? C'est peut-être un objectif plus facile à atteindre, mais vous devrez faire face à une forte concurrence à Orlando, Anaheim et Tokyo.

#### **Question 2**

Les raisons pour lesquelles vous avez été choisi pour faire partie de l'équipe sont des forces que vous voyez en vous et que personne ne reconnaît. C'est peut-être parce que ces « forces » ne sont pas aussi fortes que vous pourriez le penser. Les personnes autour de vous sont les juges les plus objectifs de votre potentiel. N'ayez pas peur d'écouter ce que les autres ont à dire à propos de vos capacités. Leurs évaluations peuvent vous éloigner des impasses de la confiance excessive et de l'auto-illusion.

### **Question 3**

Le responsable d'équipe révèle votre propre image de vous-même dans le futur. Vous voyez-vous devenir un leader solidaire, motivé et inspirant, ou un conducteur d'esclave dur et déraisonnable? Si c'est le dernier cas, vous devriez peut-être commencer à reconsidérer le chemin que vous suivez actuellement vers le développement personnel.