VOS RÉPONSES. VOTRE PERSPECTIVE.

Style de pensée

Réflexion personnelle sur le quotidien

Exemple entièrement fictif. Les valeurs illustrent un rapport et ne disent rien de vous.

RÉPONDUES : 25 / 25 | 5 DOMAINES DU PROFIL

1

Curiosité

Dans « Curiosité », vos réponses montrent une plus forte adhésion aux affirmations de ce domaine. Ce domaine décrit votre adhésion à la curiosité, aux nouvelles questions et à l'exploration de possibilités. Ce profil ressort dans vos réponses ; ce n'est pas une comparaison avec autrui.

2

Structure

Dans « Structure », vos réponses montrent une plus forte adhésion aux affirmations de ce domaine. Ce domaine décrit votre adhésion à la planification, à l'ordre et à une démarche claire. Ce profil ressort dans vos réponses ; ce n'est pas une comparaison avec autrui. Certaines réponses s'écartent nettement de cette direction.

3

Les réponses individuelles comptent

Structure: Les réponses calculées vont de 2 à 5/5 (questions 14 & 24).

Votre première petite étape

Planifiez trois petites étapes pour une tâche en laissant une place au changement.

02 / VOTRE RAPPORT

Votre profil en un coup d’œil

Chaque point indique la moyenne d’un domaine de 1 à 5. Seules vos propres réponses sont comparées.

Curiosité — **4.2 / 5**



Structure — **3.8 / 5**



Flexibilité — **4.4 / 5**



Décisions réfléchies — **2.8 / 5**



Initiative — **4.2 / 5**



Comment lire le graphique

1 = faible accord, 3 = milieu, 5 = fort accord dans le sens du score. Plus haut n’est pas toujours mieux. Le milieu n’est pas la moyenne d’autrui ; les petits écarts ne sont pas forcément significatifs.

Aucune valeur si moins de 80 % des questions du domaine sont répondues. C’est une règle pour données incomplètes, pas un seuil de performance ou de santé.

03 / VOTRE RAPPORT

Relier vos réponses

Observations issues de vos réponses, pas des caractéristiques figées.

Il montre l'importance relative de curiosité, structure, souplesse, réflexion et initiative. Plusieurs thèmes peuvent ressortir, sans type figé.

Votre résultat en mots

Curiosité: Dans « Curiosité », vos réponses montrent une plus forte adhésion aux affirmations de ce domaine. Ce domaine décrit votre adhésion à la curiosité, aux nouvelles questions et à l'exploration de possibilités. Ce profil ressort dans vos réponses ; ce n'est pas une comparaison avec autrui.

Structure: Dans « Structure », vos réponses montrent une plus forte adhésion aux affirmations de ce domaine. Ce domaine décrit votre adhésion à la planification, à l'ordre et à une démarche claire. Ce profil ressort dans vos réponses ; ce n'est pas une comparaison avec autrui.

Structure : regarder de plus près

La moyenne rassemble des réponses différentes. Ces deux questions montrent pourquoi un seul nombre ne reflète pas toute votre perspective :

Question 14: Je prévois du temps pour les obstacles imprévus. | Plutôt faux

Question 24: Je compare mes progrès à mon plan. | Tout à fait vrai

Envisagez une situation quotidienne possible

Planifiez trois petites étapes pour une tâche en laissant une place au changement.

04 / VOTRE RAPPORT

Curiosité

Retracez vos réponses et reliez-les à des situations quotidiennes.

Ce domaine décrit votre adhésion à la curiosité, aux nouvelles questions et à l'exploration de possibilités.

Votre valeur de réponse **4.2 / 5**



1 5 / 5 répondues 5

Ce que cela signifie en pratique

Dans « Curiosité », vos réponses montrent une plus forte adhésion aux affirmations de ce domaine. Ce domaine décrit votre adhésion à la curiosité, aux nouvelles questions et à l'exploration de possibilités. Ce profil ressort dans vos réponses ; ce n'est pas une comparaison avec autrui.

Deux réponses concrètes

Question 11: Je lis sur des sujets extérieurs à mon domaine de compétence.

Votre réponse : En partie vrai

Question 21: J'aime m'exercer à une nouvelle compétence.

Votre réponse : Tout à fait vrai

Une piste pour poursuivre la réflexion

Notez une question que vous souhaitez explorer cette semaine par intérêt personnel.

Quand cela me correspond-il, et quand non ?

05 / VOTRE RAPPORT

Structure

Retracez vos réponses et reliez-les à des situations quotidiennes.

Ce domaine décrit votre adhésion à la planification, à l'ordre et à une démarche claire.

Votre valeur de réponse **3.8 / 5**

1 — 5 / 5 répondues — 5

Ce que cela signifie en pratique

Dans « Structure », vos réponses montrent une plus forte adhésion aux affirmations de ce domaine. Ce domaine décrit votre adhésion à la planification, à l'ordre et à une démarche claire. Ce profil ressort dans vos réponses ; ce n'est pas une comparaison avec autrui.

Vos réponses individuelles diffèrent nettement. L'interprétation décrit leur direction moyenne, pas chaque affirmation. Les réponses suivantes montrent les deux côtés.

Deux réponses concrètes

Question 14: Je prévois du temps pour les obstacles imprévus.

Votre réponse : Plutôt faux

Question 24: Je compare mes progrès à mon plan.

Votre réponse : Tout à fait vrai

Une piste pour poursuivre la réflexion

Planifiez trois petites étapes pour une tâche en laissant une place au changement.

Quand cela me correspond-il, et quand non ?

06 / VOTRE RAPPORT

Flexibilité

Retracez vos réponses et reliez-les à des situations quotidiennes.

Ce domaine explore vos réactions au changement et aux autres approches. Ce n’est pas un test de performance.

Votre valeur de réponse **4.4 / 5**

1 — 5 / 5 répondues — 5

Ce que cela signifie en pratique

Dans « Flexibilité », vos réponses montrent une plus forte adhésion aux affirmations de ce domaine. Ce domaine explore vos réactions au changement et aux autres approches. Ce n’est pas un test de performance. Ce profil ressort dans vos réponses ; ce n’est pas une comparaison avec autrui.

Deux réponses concrètes

Question 25: J'accepte que toutes les questions ne puissent pas être résolues immédiatement.

Votre réponse : En partie vrai

Question 22: Je laisse aux autres de la place pour une autre approche.

Votre réponse : Tout à fait vrai

Une piste pour poursuivre la réflexion

Choisissez une petite routine et essayez un autre ordre. Qu’est-ce qui reste utile ?

Quand cela me correspond-il, et quand non ?

07 / VOTRE RAPPORT

Décisions réfléchies

Retracez vos réponses et reliez-les à des situations quotidiennes.

Ce domaine concerne la révision des décisions, l'apprentissage par l'expérience et votre propre démarche.

Votre valeur de réponse **2.8 / 5**

1 — 5 / 5 répondues — 5

Ce que cela signifie en pratique

Dans « Décisions réfléchies », la moyenne ne montre pas de direction claire. Ce domaine concerne la révision des décisions, l'apprentissage par l'expérience et votre propre démarche. Vérifiez les réponses individuelles : réponses moyennes et réponses opposées peuvent produire la même moyenne.

Deux réponses concrètes

Question 4: Je distingue les faits des suppositions avant de décider.

Votre réponse : Plutôt faux

Question 13: Je vérifie si mon humeur influence mon jugement.

Votre réponse : Plutôt vrai

Une piste pour poursuivre la réflexion

Après une décision, notez ce que vous saviez, supposiez et referiez de la même façon.

Quand cela me correspond-il, et quand non ?

08 / VOTRE RAPPORT

Initiative

Retracez vos réponses et reliez-les à des situations quotidiennes.

Les affirmations concernent le démarrage, l'initiative et la participation active.

Votre valeur de réponse **4.2 / 5**

1 — 5 / 5 répondues — 5

Ce que cela signifie en pratique

Dans « Initiative », vos réponses montrent une plus forte adhésion aux affirmations de ce domaine. Les affirmations concernent le démarrage, l'initiative et la participation active. Ce profil ressort dans vos réponses ; ce n'est pas une comparaison avec autrui.

Deux réponses concrètes

Question 20: Je cherche du soutien lorsque je ne peux pas progresser seul.

Votre réponse : En partie vrai

Question 23: Je peux intéresser les autres à un projet commun.

Votre réponse : Tout à fait vrai

Une piste pour poursuivre la réflexion

Choisissez une petite action à lancer et définissez sa première étape.

Quand cela me correspond-il, et quand non ?

09 / VOTRE RAPPORT

Vos valeurs clairement expliquées

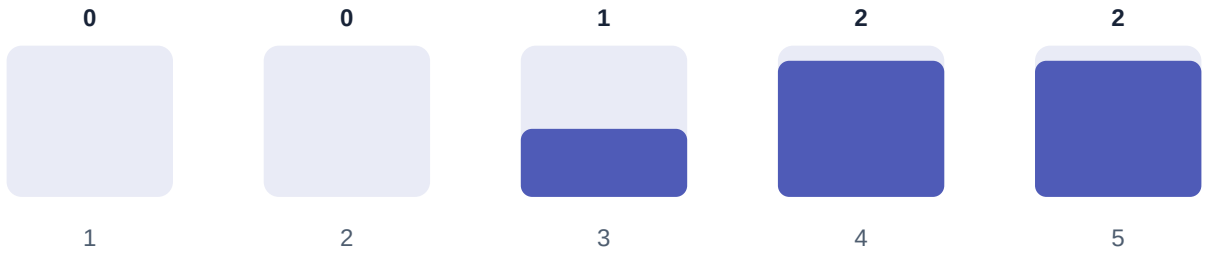
Curiosité

Les positions de réponse vont de 1 à 5. La somme est divisée par le nombre d’affirmations répondues du domaine.

Calculé à partir de vos réponses réelles

4 + 5 + 3 + 4 + 5 = 21. 21 / 5 = 4.2 / 5.

Répartition de vos réponses choisies



Les colonnes comptent les positions choisies de 1 à 5 avant inversion. Des réponses très différentes peuvent donner la même moyenne.

Les textes décrivent les moyennes sous 2,5 comme faible accord, au-dessus de 3,5 comme fort accord, et entre les deux comme intermédiaires. Ce sont des bandes éditoriales, pas des seuils scientifiquement validés. Des réponses différentes peuvent donner la même moyenne.

Un profil sans classement

Nous n’attribuons ni rang dans la population ni type fixe. Les échelles décrivent des réponses précises. Choisissez vos priorités ; un score haut ou bas n’impose pas de changement.

10 / VOTRE RAPPORT

Votre prochaine étape personnelle

Une idée quotidienne facultative, sans objectif de performance.

1

Aujourd’hui : noter une situation

Point de départ : Structure. Choisissez une réponse du domaine et notez sa dernière illustration. Un contre-exemple est tout aussi utile.

2

Cette semaine : explorer une perspective

Planifiez trois petites étapes pour une tâche en laissant une place au changement.

3

Ensuite : décider par vous-même

Qu’est-ce qui vous correspond ou non ? Notez une observation et décidez d’en garder quelque chose. Vous n’avez besoin ni d’un score supérieur ni d’un autre achat.

Ma situation et ce qui compte pour moi :

Mon idée facultative et un moment approprié :

Ce que j’aimerais en retenir :

11 / VOTRE RAPPORT

Méthode et limites

Sur quoi repose le rapport

Autoréflexion développée indépendamment, sans normes. Des valeurs élevées ne sont pas nécessairement meilleures ; le profil décrit tes réponses, pas des traits fixes.

Vos réponses sont résumées selon les règles fixes expliquées ici. Les exemples renvoient aux numéros indiqués. Aucune détection ou évaluation automatique de maladie.

Garder les limites à l’esprit

Le dépistage et la réflexion personnelle ne remplacent pas une évaluation médicale ou psychologique. Les questions de réflexion originales ne sont pas validées cliniquement. Chaque page explique sa méthode et ses limites.

Un profil ne couvre pas tous les aspects d’une personne. C’est un instantané des réponses. Les décisions importantes de relation, carrière ou vie ne devraient pas en dépendre seules.

Si vous souhaitez du soutien

Si des symptômes vous affectent, demandez l’aide d’un professionnel de santé qualifié. En cas de danger immédiat, contactez les services d’urgence locaux ou rendez-vous aux urgences. Les informations d’aide sont accessibles sans adresse e-mail ni paiement.

Ouvrir les informations générales d’aide

Version du questionnaire : 2026-10-29.26 | Format du rapport : 2026-10-29.28

ANNEXE / VOTRE RAPPORT

Toutes vos réponses

Chaque réponse calculée reste vérifiable. Les questions passées sont explicitement signalées.

1	**Je cherche des explications à ce que je ne comprends pas encore.**	Curiosité | Plutôt vrai
2	**Je divise les grands projets en étapes distinctes.**	Structure | En partie vrai
3	**J'adapte un plan lorsque de nouvelles informations apparaissent.**	Flexibilité | Tout à fait vrai
4	**Je distingue les faits des suppositions avant de décider.**	Décisions réfléchies | Plutôt faux
5	**Je propose moi-même une prochaine étape.**	Initiative | Plutôt vrai
6	**J'essaie parfois une activité inconnue.**	Curiosité | Tout à fait vrai
7	**Je note les engagements fermes.**	Structure | Tout à fait vrai
8	**Je peux changer d'avis après avoir entendu un bon argument.**	Flexibilité | Plutôt vrai
9	**Je réfléchis aux effets ultérieurs d'une décision.**	Décisions réfléchies | En partie vrai
10	**Je commence de petits projets sans impulsion extérieure.**	Initiative | Plutôt vrai
11	**Je lis sur des sujets extérieurs à mon domaine de compétence.**	Curiosité | En partie vrai
12	**Je décide des priorités avant de commencer une tâche.**	Structure | Plutôt vrai
13	**Je vérifie si mon humeur influence mon jugement.**	Décisions réfléchies | Plutôt vrai
14	**Je prévois du temps pour les obstacles imprévus.**	Structure | Plutôt faux

Toutes vos réponses / SUITE

15 **Je peux essayer un rôle inhabituel dans un groupe.**
Flexibilité | Tout à fait vrai

16 **J'assume la responsabilité de mes engagements.**
Initiative | Tout à fait vrai

17 **J'aime apprendre de personnes ayant des expériences différentes.**
Curiosité | Plutôt vrai

18 **Je cherche un autre point de vue lorsque l'enjeu est important.**
Décisions réfléchies | En partie vrai

19 **Je repère ce que je ferais différemment la prochaine fois.**
Décisions réfléchies | Plutôt faux

20 **Je cherche du soutien lorsque je ne peux pas progresser seul.**
Initiative | En partie vrai

21 **J'aime m'exercer à une nouvelle compétence.**
Curiosité | Tout à fait vrai

22 **Je laisse aux autres de la place pour une autre approche.**
Flexibilité | Tout à fait vrai

23 **Je peux intéresser les autres à un projet commun.**
Initiative | Tout à fait vrai

24 **Je compare mes progrès à mon plan.**
Structure | Tout à fait vrai

25 **J'accepte que toutes les questions ne puissent pas être résolues immédiatement.**
Flexibilité | En partie vrai