VOS RÉPONSES. VOTRE PERSPECTIVE.

Communication

Réflexion personnelle sur le quotidien

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

RÉPONDUES : 24 / 24 | 4 DOMAINES DU PROFIL

1

Accords clairs

Dans « Accords clairs », vos réponses montrent une plus forte adhésion aux affirmations de ce domaine. Ce domaine décrit votre préférence pour les accords explicites. Ce profil ressort dans vos réponses ; ce n'est pas une comparaison avec autrui.

2

Choisir les formats de communication

Dans « Choisir les formats de communication », vos réponses montrent une plus forte adhésion aux affirmations de ce domaine. Ce domaine concerne les préférences d'échanges oraux, écrits et partagés. 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

Choisir les formats de communication: Les réponses calculées vont de 2 à 5/5 (questions 13 & 19).

Votre première petite étape

Comparez un message et une brève conversation sur un sujet ordinaire.

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.

Accords clairs **4.0 / 5**



Choisir les formats de communication **3.7 / 5**



Planifier ensemble **4.3 / 5**



Partager les préférences **3.2 / 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 décrit accords explicites, moyens de communication, projets communs et préférences. Il n’identifie ni neurotype ni autisme.

Votre résultat en mots

Accords clairs: Dans « Accords clairs », vos réponses montrent une plus forte adhésion aux affirmations de ce domaine. Ce domaine décrit votre préférence pour les accords explicites. Ce profil ressort dans vos réponses ; ce n’est pas une comparaison avec autrui.

Choisir les formats de communication: Dans « Choisir les formats de communication », vos réponses montrent une plus forte adhésion aux affirmations de ce domaine. Ce domaine concerne les préférences d’échanges oraux, écrits et partagés. Ce profil ressort dans vos réponses ; ce n’est pas une comparaison avec autrui.

Choisir les formats de communication : 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 13: Je tiens aussi compte des préférences de communication des autres. | Me correspond peu

Question 19: J'utilise un schéma ou une liste lorsque cela aide mon explication. | Me correspond

Envisagez une situation quotidienne possible

Comparez un message et une brève conversation sur un sujet ordinaire.

04 / VOTRE RAPPORT

Accords clairs

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

Ce domaine décrit votre préférence pour les accords explicites.

Votre valeur de réponse **4.0 / 5**



Ce que cela signifie en pratique

Dans « Accords clairs », vos réponses montrent une plus forte adhésion aux affirmations de ce domaine. Ce domaine décrit votre préférence pour les accords explicites. Ce profil ressort dans vos réponses ; ce n'est pas une comparaison avec autrui.

Sens de l'échelle : moindre accord avec ces affirmations / plus fort accord avec ces affirmations.

Deux réponses concrètes

Question 11: Je clarifie quand une tâche est considérée comme terminée.

Votre réponse : Me correspond en partie

Question 15: Je pose une question lorsqu'une phrase peut avoir plusieurs sens.

Votre réponse : Me correspond

Une piste pour poursuivre la réflexion

Clarifiez un point pratique encore ouvert dans une tâche commune.

Quand cela me correspond-il, et quand non ?

05 / VOTRE RAPPORT

Choisir les formats de communication

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

Ce domaine concerne les préférences d'échanges oraux, écrits et partagés.

Votre valeur de réponse **3.7 / 5**



1 6 / 6 répondues 5

Ce que cela signifie en pratique

Dans « Choisir les formats de communication », vos réponses montrent une plus forte adhésion aux affirmations de ce domaine. Ce domaine concerne les préférences d'échanges oraux, écrits et partagés. 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.

Sens de l'échelle : moindre accord avec ces affirmations / plus fort accord avec ces affirmations.

Deux réponses concrètes

Question 13: Je tiens aussi compte des préférences de communication des autres.

Votre réponse : Me correspond peu

Question 19: J'utilise un schéma ou une liste lorsque cela aide mon explication.

Votre réponse : Me correspond

Une piste pour poursuivre la réflexion

Comparez un message et une brève conversation sur un sujet ordinaire.

Quand cela me correspond-il, et quand non ?

06 / VOTRE RAPPORT

Planifier ensemble

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

Ce domaine décrit vos habitudes concernant les projets communs.

Votre valeur de réponse **4.3 / 5**



1 6 / 6 répondues 5

Ce que cela signifie en pratique

Dans « Planifier ensemble », vos réponses montrent une plus forte adhésion aux affirmations de ce domaine. Ce domaine décrit vos habitudes concernant les projets communs. Ce profil ressort dans vos réponses ; ce n’est pas une comparaison avec autrui.

Sens de l’échelle : moindre accord avec ces affirmations / plus fort accord avec ces affirmations.

Deux réponses concrètes

Question 20: Je demande avant de décider pour les autres.

Votre réponse : Me correspond en partie

Question 16: Je conviens de la manière de communiquer les changements.

Votre réponse : Me correspond

Une piste pour poursuivre la réflexion

Pour un projet, convenez d’une partie fixe et d’une partie volontairement ouverte.

Quand cela me correspond-il, et quand non ?

07 / VOTRE RAPPORT

Partager les préférences

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

Ce domaine concerne l'expression des préférences quotidiennes, pas l'identification d'un neurotype.

Votre valeur de réponse **3.2 / 5**

1 — 6 / 6 répondues — 5

Ce que cela signifie en pratique

Dans « Partager les préférences », la moyenne ne montre pas de direction claire. Ce domaine concerne l'expression des préférences quotidiennes, pas l'identification d'un neurotype. Vérifiez les réponses individuelles : réponses moyennes et réponses opposées peuvent produire la même moyenne.

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

Sens de l'échelle : moindre accord avec ces affirmations / plus fort accord avec ces affirmations.

Deux réponses concrètes

Question 4: Je peux préciser l'environnement que je préfère pour travailler ensemble.

Votre réponse : Me correspond peu

Question 22: Je peux essayer un compromis comme accord provisoire.

Votre réponse : Me correspond

Une piste pour poursuivre la réflexion

Exprimez une préférence pratique comme souhait clair pour votre prochaine activité commune.

Quand cela me correspond-il, et quand non ?

08 / VOTRE RAPPORT

Vos valeurs clairement expliquées

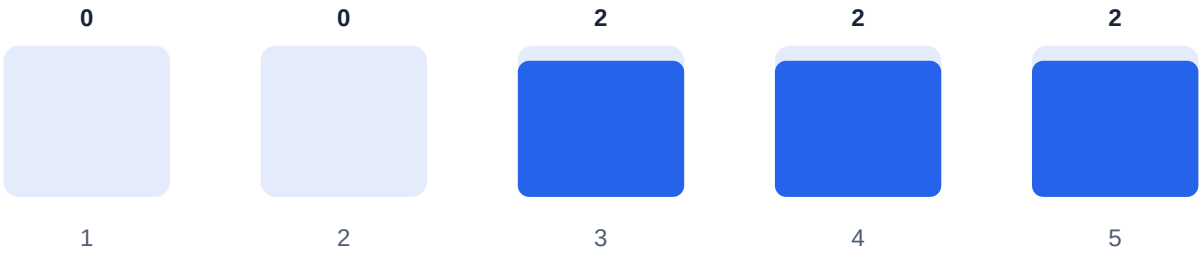
Accords clairs

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 + 3 = 24. 24 / 6 = 4.0 / 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.

09 / VOTRE RAPPORT

Votre prochaine étape personnelle

Une idée quotidienne facultative, sans objectif de performance.

1

Aujourd’hui : noter une situation

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

2

Cette semaine : explorer une perspective

Comparez un message et une brève conversation sur un sujet ordinaire.

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 :

10 / VOTRE RAPPORT

Méthode et limites

Sur quoi repose le rapport

Réflexion quotidienne originale. Les valeurs résument uniquement tes réponses. Il n’existe ni seuil clinique, ni norme de population, ni évaluation de maladie, ni type fixe de personnalité. Une adhésion plus forte n’est pas automatiquement préférable.

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	**J'aime que les attentes soient discutées explicitement.**	Accords clairs | Me correspond assez bien
2	**Je choisis un format de communication adapté au sujet.**	Choisir les formats de communication | Me correspond en partie
3	**Je discute des grandes étapes des projets communs.**	Planifier ensemble | Me correspond
4	**Je peux préciser l'environnement que je préfère pour travailler ensemble.**	Partager les préférences | Me correspond peu
5	**Je demande un exemple concret d'une demande.**	Accords clairs | Me correspond
6	**J'aime disposer d'informations écrites que je peux consulter à nouveau.**	Choisir les formats de communication | Me correspond
7	**Je demande quelles parties d'un projet comptent le plus pour les autres.**	Planifier ensemble | Me correspond assez bien
8	**Je préfère aborder certains sujets directement plutôt que par message.**	Choisir les formats de communication | Me correspond assez bien
9	**Je répartis les tâches selon les circonstances disponibles.**	Planifier ensemble | Me correspond
10	**Je dis quand je souhaite une courte pause dans une activité commune.**	Partager les préférences | Me correspond en partie
11	**Je clarifie quand une tâche est considérée comme terminée.**	Accords clairs | Me correspond en partie
12	**Je distingue un engagement ferme d'une suggestion.**	Accords clairs | Me correspond assez bien
13	**Je tiens aussi compte des préférences de communication des autres.**	Choisir les formats de communication | Me correspond peu
14	**Je demande les alternatives lorsqu'un processus ne me convient pas.**	Partager les préférences | Me correspond assez bien

Toutes vos réponses / SUITE

15 **Je pose une question lorsqu'une phrase peut avoir plusieurs sens.**
Accords clairs | Me correspond

16 **Je conviens de la manière de communiquer les changements.**
Planifier ensemble | Me correspond

17 **Je respecte les différentes préférences d'espace personnel lors des rencontres.**
Partager les préférences | Me correspond en partie

18 **Je précise le niveau de détail dont j'ai besoin dans une explication.**
Partager les préférences | Me correspond peu

19 **J'utilise un schéma ou une liste lorsque cela aide mon explication.**
Choisir les formats de communication | Me correspond

20 **Je demande avant de décider pour les autres.**
Planifier ensemble | Me correspond en partie

21 **Je vérifie que toutes les personnes concernées disposent des mêmes informations.**
Planifier ensemble | Me correspond assez bien

22 **Je peux essayer un compromis comme accord provisoire.**
Partager les préférences | Me correspond

23 **Je laisse la possibilité de répondre plus tard aux messages.**
Choisir les formats de communication | Me correspond en partie

24 **Je demande si mon explication a été claire pour les autres.**
Accords clairs | Me correspond en partie