VOS RÉPONSES. VOTRE PERSPECTIVE.

Compatibilité

Réflexion personnelle sur le quotidien

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

RÉPONDUES : 30 / 30 | 6 DOMAINES DU PROFIL

1

Valeurs

Dans « Valeurs », vos réponses montrent une plus forte adhésion aux affirmations de ce domaine. Ce domaine décrit si, à vos yeux, priorités et repères importants coexistent. Des différences ne signifient pas automatiquement une incompatibilité. Ce profil ressort dans vos réponses ; ce n'est pas une comparaison avec autrui.

2

Communication

Dans « Communication », vos réponses montrent une plus forte adhésion aux affirmations de ce domaine. Ce domaine concerne le sentiment d'être écouté et compris. Il n'évalue objectivement les compétences de personne. 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

Communication: Les réponses calculées vont de 2 à 5/5 (questions 9 & 10).

Votre première petite étape

Choisissez un moment récurrent d'échange. Que souhaitez-vous mieux exprimer et comment reconnaître la compréhension ?

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.

Valeurs 4.2 / 5



Communication 3.8 / 5



Réparation des conflits 4.4 / 5



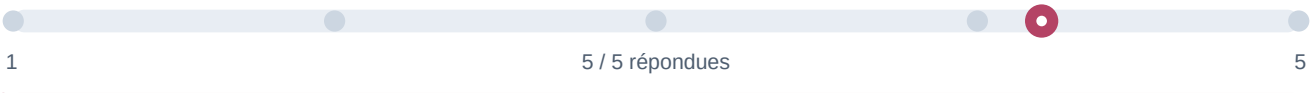
Affection 2.8 / 5



Indépendance 4.2 / 5



Projets d’avenir 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 vos accords perçus ou coordinations à résoudre. Un seul point de vue ne donne pas un pourcentage de compatibilité, ne juge pas autrui et ne prédit pas l'avenir.

Votre résultat en mots

Valeurs: Dans « Valeurs », vos réponses montrent une plus forte adhésion aux affirmations de ce domaine. Ce domaine décrit si, à vos yeux, priorités et repères importants coexistent. Des différences ne signifient pas automatiquement une incompatibilité. Ce profil ressort dans vos réponses ; ce n'est pas une comparaison avec autrui.

Communication: Dans « Communication », vos réponses montrent une plus forte adhésion aux affirmations de ce domaine. Ce domaine concerne le sentiment d'être écouté et compris. Il n'évalue objectivement les compétences de personne. Ce profil ressort dans vos réponses ; ce n'est pas une comparaison avec autrui.

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 9: Après une conversation importante, je sais généralement ce dont nous sommes convenus. | Plutôt faux

Question 10: Je laisse des sujets importants de côté parce que je ne trouve pas de manière adaptée d'en parler. | Pas du tout vrai

Envisagez une situation quotidienne possible

Choisissez un moment récurrent d'échange. Que souhaitez-vous mieux exprimer et comment reconnaître la compréhension ?

04 / VOTRE RAPPORT

Valeurs

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

Ce domaine décrit si, à vos yeux, priorités et repères importants coexistent. Des différences ne signifient pas automatiquement une incompatibilité.

Votre valeur de réponse **4.2 / 5**



1 5 / 5 répondues 5

Ce que cela signifie en pratique

Dans « Valeurs », vos réponses montrent une plus forte adhésion aux affirmations de ce domaine. Ce domaine décrit si, à vos yeux, priorités et repères importants coexistent. Des différences ne signifient pas automatiquement une incompatibilité. Ce profil ressort dans vos réponses ; ce n'est pas une comparaison avec autrui.

Sens de l'échelle : moins d'accord perçu dans les valeurs / plus d'accord perçu dans les valeurs.

Deux réponses concrètes

Question 3: Je retrouve des valeurs importantes pour moi dans nos décisions communes.

Votre réponse : En partie vrai

Question 5: Je dois régulièrement mettre de côté une valeur personnelle importante pour que nous nous entendions.

Votre réponse : Pas du tout vrai (score inversé dans le calcul)

Une piste pour poursuivre la réflexion

Quelle valeur compte particulièrement ? Donnez un exemple concret dans votre quotidien commun.

Quand cela me correspond-il, et quand non ?

05 / VOTRE RAPPORT

Communication

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

Ce domaine concerne le sentiment d’être écouté et compris. Il n’évalue objectivement les compétences de personne.

Votre valeur de réponse **3.8 / 5**



1 5 / 5 répondues 5

Ce que cela signifie en pratique

Dans « Communication », vos réponses montrent une plus forte adhésion aux affirmations de ce domaine. Ce domaine concerne le sentiment d’être écouté et compris. Il n’évalue objectivement les compétences de personne. 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 : moins de compréhension mutuelle perçue / plus de compréhension mutuelle perçue.

Deux réponses concrètes

Question 9: Après une conversation importante, je sais généralement ce dont nous sommes convenus.

Votre réponse : Plutôt faux

Question 10: Je laisse des sujets importants de côté parce que je ne trouve pas de manière adaptée d'en parler.

Votre réponse : Pas du tout vrai (score inversé dans le calcul)

Une piste pour poursuivre la réflexion

Choisissez un moment récurrent d’échange. Que souhaitez-vous mieux exprimer et comment reconnaître la compréhension ?

06 / VOTRE RAPPORT

Réparation des conflits

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

Ce domaine explore les désaccords et leur suite. Peu de conflits ne prouve pas à lui seul la qualité d'une relation.

Votre valeur de réponse **4.4 / 5**



1 5 / 5 répondues 5

Ce que cela signifie en pratique

Dans « Réparation des conflits », vos réponses montrent une plus forte adhésion aux affirmations de ce domaine. Ce domaine explore les désaccords et leur suite. Peu de conflits ne prouve pas à lui seul la qualité d'une relation. Ce profil ressort dans vos réponses ; ce n'est pas une comparaison avec autrui.

Sens de l'échelle : moins de possibilités perçues de réparation / plus de possibilités perçues de réparation.

Deux réponses concrètes

Question 15: Je vis le même conflit à répétition sans que nous trouvions de nouvelles manières d'y répondre.

Votre réponse : En partie vrai (score inversé dans le calcul)

Question 14: J'ai déjà vécu des excuses suivies d'un changement concret au quotidien.

Votre réponse : Tout à fait vrai

Une piste pour poursuivre la réflexion

Quel accord aiderait lors d'un échange difficile, par exemple une pause avec une heure de reprise ?

Quand cela me correspond-il, et quand non ?

07 / VOTRE RAPPORT

Affection

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

Ce domaine explore l’affection vécue et l’expression des souhaits. Aucune fréquence ou forme de proximité n’est une norme universelle.

Votre valeur de réponse **2.8 / 5**

1 — 5 / 5 répondues — 5

Ce que cela signifie en pratique

Dans « Affection », la moyenne ne montre pas de direction claire. Ce domaine explore l’affection vécue et l’expression des souhaits. Aucune fréquence ou forme de proximité n’est une norme universelle. Vérifiez les réponses individuelles : réponses moyennes et réponses opposées peuvent produire la même moyenne.

Sens de l’échelle : moins d’accord perçu dans l’affection / plus d’accord perçu dans l’affection.

Deux réponses concrètes

Question 16: Je reconnais au quotidien des formes d'affection qui comptent pour moi.

Votre réponse : Plutôt faux

Question 18: Je trouve notre temps ensemble suffisamment attentif pour moi.

Votre réponse : Plutôt vrai

Une piste pour poursuivre la réflexion

Quelle forme précise d’affection vous touche ? Exprimez-la comme souhait, pas comme obligation pour l’autre.

Quand cela me correspond-il, et quand non ?

08 / VOTRE RAPPORT

Indépendance

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

Ce domaine décrit l’accord perçu entre intérêts personnels, limites et vie commune. Plus d’indépendance n’est pas toujours mieux que plus de temps ensemble.

Votre valeur de réponse **4.2 / 5**



1 5 / 5 répondues 5

Ce que cela signifie en pratique

Dans « Indépendance », vos réponses montrent une plus forte adhésion aux affirmations de ce domaine. Ce domaine décrit l’accord perçu entre intérêts personnels, limites et vie commune. Plus d’indépendance n’est pas toujours mieux que plus de temps ensemble. Ce profil ressort dans vos réponses ; ce n’est pas une comparaison avec autrui.

Sens de l’échelle : moins de place perçue pour l’indépendance / plus de place perçue pour l’indépendance.

Deux réponses concrètes

Question 24: Dans cette relation, j'ai du mal à souhaiter autre chose que l'autre personne.

Votre réponse : En partie vrai (score inversé dans le calcul)

Question 25: Je peux me sentir proche même lorsque nous faisons des choses différentes pendant un moment.

Votre réponse : Tout à fait vrai

Une piste pour poursuivre la réflexion

Quel temps ou activité souhaitez-vous organiser seul ? Quel accord le relierait au quotidien commun ?

09 / VOTRE RAPPORT

Projets d’avenir

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

Ce domaine concerne la compatibilité et la possibilité de discuter du quotidien et de l’avenir. Il ne prédit pas la durée de la relation.

Votre valeur de réponse **4.2 / 5**



1 5 / 5 répondues 5

Ce que cela signifie en pratique

Dans « Projets d’avenir », vos réponses montrent une plus forte adhésion aux affirmations de ce domaine. Ce domaine concerne la compatibilité et la possibilité de discuter du quotidien et de l’avenir. Il ne prédit pas la durée de la relation. Ce profil ressort dans vos réponses ; ce n’est pas une comparaison avec autrui.

Sens de l’échelle : moins de concordance perçue des projets / plus de concordance perçue des projets.

Deux réponses concrètes

Question 28: Sur des sujets comme l'argent, le lieu de vie ou le partage du temps, je peux exprimer mes besoins.

Votre réponse : En partie vrai

Question 30: J'évite un sujet d'avenir important parce que nos souhaits n'ont pas encore trouvé leur place ensemble.

Votre réponse : Pas du tout vrai (score inversé dans le calcul)

Une piste pour poursuivre la réflexion

Quel sujet d’avenir mérite un échange ? Séparez souhait, question ouverte et accord existant.

10 / VOTRE RAPPORT

Vos valeurs clairement expliquées

Valeurs

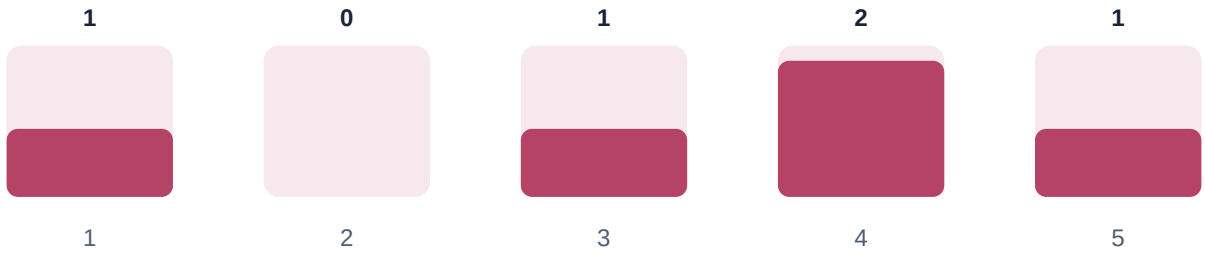
Les positions de réponse vont de 1 à 5. La somme est divisée par le nombre d'affirmations répondues du domaine.

Pour les affirmations inversées, 1 devient 5, 2 devient 4 et inversement ; 3 reste 3. Cela suit le sens annoncé. Votre réponse originale reste inchangée en annexe.

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.

11 / VOTRE RAPPORT

Votre prochaine étape personnelle

Une idée quotidienne facultative, sans objectif de performance.

1

Aujourd’hui : noter une situation

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

2

Cette semaine : explorer une perspective

Choisissez un moment récurrent d’échange. Que souhaitez-vous mieux exprimer et comment reconnaître la compréhension ?

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 :

12 / VOTRE RAPPORT

Méthode et limites

Sur quoi repose le rapport

Questions originales de réflexion non validées, du point de vue d'une seule personne. Ce profil recueille uniquement ta perception d'une relation précise, pas les pensées ni les réponses de l'autre. Il ne fournit ni score objectif de couple, ni prédiction de réussite, ni recommandation de commencer, poursuivre ou terminer une relation.

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 **Dans cette relation, je peux dire ouvertement ce qui compte fondamentalement pour moi.**
Valeurs | Plutôt vrai

2 **Je trouve nos conceptions d'un traitement équitable compatibles.**
Valeurs | Tout à fait vrai

3 **Je retrouve des valeurs importantes pour moi dans nos décisions communes.**
Valeurs | En partie vrai

4 **Je peux laisser coexister des convictions différentes sans renier les miennes.**
Valeurs | Plutôt vrai

5 **Je dois régulièrement mettre de côté une valeur personnelle importante pour que nous nous entendions.**
Valeurs | Pas du tout vrai | score inversé

6 **Je peux formuler une demande de manière à en discuter concrètement.**
Communication | En partie vrai

7 **Je sens que mon point de vue a sa place dans les conversations importantes.**
Communication | Tout à fait vrai

8 **Je peux demander des précisions lorsque je ne comprends pas ce que dit l'autre.**
Communication | Plutôt vrai

9 **Après une conversation importante, je sais généralement ce dont nous sommes convenus.**
Communication | Plutôt faux

10 **Je laisse des sujets importants de côté parce que je ne trouve pas de manière adaptée d'en parler.**
Communication | Pas du tout vrai | score inversé

11 **Je peux exprimer un avis différent sans remettre toute la relation en question.**
Réparation des conflits | Tout à fait vrai

12 **Lorsqu'une conversation devient trop tendue, je peux prendre une pause convenue.**
Réparation des conflits | Plutôt vrai

13 **Je peux reconnaître ma part dans un conflit sans en assumer toute la responsabilité.**
Réparation des conflits | Tout à fait vrai

Toutes vos réponses / SUITE

14 **J'ai déjà vécu des excuses suivies d'un changement concret au quotidien.**
Réparation des conflits | Tout à fait vrai

15 **Je vis le même conflit à répétition sans que nous trouvions de nouvelles manières d'y répondre.**
Réparation des conflits | En partie vrai | score inversé

16 **Je reconnais au quotidien des formes d'affection qui comptent pour moi.**
Affection | Plutôt faux

17 **Je peux dire quel type de proximité je souhaite actuellement.**
Affection | En partie vrai

18 **Je trouve notre temps ensemble suffisamment attentif pour moi.**
Affection | Plutôt vrai

19 **Une forme d'affection importante pour moi me manque sans que nous trouvions ensemble comment en parler.**
Affection | En partie vrai | score inversé

20 **Je peux discuter de besoins de proximité différents sans considérer automatiquement l'un comme erroné.**
Affection | Plutôt faux

21 **Dans cette relation, j'ai de la place pour des intérêts que nous ne partageons pas.**
Indépendance | Plutôt vrai

22 **Je peux demander du temps pour moi sans devoir longuement me justifier.**
Indépendance | Plutôt vrai

23 **Je peux exprimer une limite personnelle et en tenir compte au quotidien.**
Indépendance | Tout à fait vrai

24 **Dans cette relation, j'ai du mal à souhaiter autre chose que l'autre personne.**
Indépendance | En partie vrai | score inversé

25 **Je peux me sentir proche même lorsque nous faisons des choses différentes pendant un moment.**
Indépendance | Tout à fait vrai

26 **Je peux intégrer mes souhaits pour l'avenir proche à notre réflexion commune.**
Projets d'avenir | Plutôt vrai

27 **Pour les projets communs importants, je sais ce qui est convenu et ce qui reste ouvert.**
Projets d'avenir | Tout à fait vrai

Toutes vos réponses / SUITE

28 **Sur des sujets comme l'argent, le lieu de vie ou le partage du temps, je peux exprimer mes besoins.**

Projets d’avenir | En partie vrai

29 **J'ai déjà vécu des situations où nous avons adapté un projet lorsque les circonstances changeaient.**

Projets d’avenir | Plutôt vrai

30 **J'évite un sujet d'avenir important parce que nos souhaits n'ont pas encore trouvé leur place ensemble.**

Projets d’avenir | Pas du tout vrai | score inversé