

Êtes-vous tête ou coeur?

Pour bénéficier de la fonction de calcul automatique, ouvrir avec Adobe Acrobat

Afin de savoir si vous êtes plutôt cérébral ou plutôt émotif, répondez à ce petit test facile. Pour chaque affirmation, choisissez la réponse qui vous décrit le mieux :

| | Jamais | Rarement | Parfois | Souvent | Toujours |
|--|--------|----------|---------|---------|----------|
| 1. J'ai du mal à contrôler mes émotions | | | | | |
| 2. Je remets en question mes décisions. | | | | | |
| 3. Je suis du genre à suivre ma première idée. | | | | | |
| 4. L'approbation des autres m'importe peu. | | | | | |
| 5. Je m'émeus facilement devant de belles choses. | | | | | |
| 6. Je suis mal à l'aise lorsqu'on me demande comment je me sens. | | | | | |
| 7. J'ai des envies «enfantines». | | | | | |
| 8. Je me sens plus à l'aise lorsque je parle des autres plutôt que de moi. | | | | | |
| 9. J'ai tendance à avoir des frissons dans le dos et la chair de poule. | | | | | |
| 10. Je donne de bons conseils. | | | | | |
| 11. J'accepte de montrer ma sensibilité. | | | | | |
| 12. Lorsque je fais quelque chose, j'ai une bonne raison de le faire. | | | | | |

Jamais = 1, Rarement = 2, Parfois = 3, Souvent = 4, Toujours = 5

Résultats :  Questions impaires :

 Questions paires :

Interprétations des résultats:

Les affirmations des questions impaires parlent du coeur, tandis que celles des questions paires traitent de la tête. Plus les résultats sont élevés pour les chiffres impairs, plus vous avez le coeur ouvert et plus vous préférez, justement, le langage qui vient de celui-ci.

Plus les résultats sont élevés du côté pair, plus votre côté rationnel prend de l'importance: vous êtes à l'aise en tête à tête, mais davantage dans les discussions où l'argumentation est plus importante que les sentiments.

Si vous avez un score plus élevé pour les deux, bravo! Cela signifie que vous réussissez à maintenir un certain équilibre entre votre tête et votre coeur. Enfin, si la réponse parfois revient plusieurs fois, vous avez du mal à définir et à affirmer votre personnalité. À l'avenir, essayez de vous faire davantage confiance.

Source : Association canadienne pour la santé mentale, Chaudière-Appalaches