

Introduction

M

Mieux se connaître, découvrir des facettes de sa personnalité, mettre des mots sur ses intuitions, obtenir la confirmation d'une observation, sont autant de possibilités offertes par les tests. Rapides, précis et ludiques, ils suggèrent de nouveaux angles de lecture de soi, mettent en évidence des valeurs, des croyances, et aident à donner un sens à des choix ou des comportements parfois déconcertants que l'on observe chez les autres.

Ce livre réunit 45 psychotests destinés à explorer les traits de la personnalité qui définissent le caractère propre à chacun, puis l'attitude relationnelle, et enfin la dimension amoureuse et le couple. Il s'agit de tests adaptés au grand public qui ne sauraient servir à évaluer une personnalité, et n'ont d'autre ambition que d'apporter un éclairage psychologique réaliste et accessible.

Ces tests sont construits sur la base de connaissances psychologiques précises à propos des comportements, des ressentis et des relations dans leurs aspects les plus généraux : émotions, motivations, valeurs, respect, représentations de soi et du monde. Les savoirs les plus pertinents à propos des relations amoureuses et affectives s'illustrent également dans ces tests. L'air du temps, qui reflète les grandes tendances sociétales et les mentalités, est toujours très présent.

Les tests sélectionnés ici s'inspirent de situations de la vie quotidienne, des difficultés, des aspirations, des modèles que l'on valorise ou de ceux que l'on réprovoque. Certains tests examinent de près les décalages entre l'image de soi que l'on s'efforce de donner aux autres, et celle que l'on ne montre pas, que l'on garde pour soi et qui semble moins flatteuse. L'accent est mis sur les valeurs qui justifient comportements et décisions ; il s'agit d'expliquer, non de théoriser. En connaissant davantage son fonctionnement, il devient plus facile de comprendre une situation et d'adopter les attitudes

intelligentes pour mieux la gérer. Les restitutions mettent toujours l'accent sur les avantages et les inconvénients de chaque tendance, car il n'y a pas de « bonne » ou de « mauvaise » réponse, seulement des informations qui permettent d'élucider le sens des ressentis et des expériences. Ainsi, chaque trait peut être positif ou négatif, tout dépend de la situation et de ses enjeux. Être pessimiste par exemple n'est pas nécessairement un défaut quand cela permet d'anticiper des conséquences indésirables ; être optimiste conduit parfois à éviter d'envisager ces mêmes probabilités.

Ces tests s'organisent sous forme de questionnaires permettant d'identifier des styles personnels en fonction des réponses données. En aucun cas, il ne s'agit d'évaluation à caractère scientifique, ni définitif. En effet, un test, quel qu'il soit, reflète un instant ; c'est un peu comme une photographie psychologique. Ainsi, les résultats d'un test qui mesure la tendance à l'optimisme seront plus élevés si on est dans une période faste que si l'on traverse un moment difficile. Un test qui s'intéresse aux qualités de l'être aimé apportera des réponses plus positives quand on est amoureux.

Vous pouvez faire les tests indépendamment les uns des autres en fonction de vos propres interrogations.