

ANTENNE, AGITATEUR, GARDIEN : Qui êtes-vous ?

...

Parmi les 21 affirmations suivantes, entourez celles qui vous correspondent le mieux.

- 1 - J'ai l'habitude de me fier à mon intuition.
- 2 - Je suis d'une curiosité insatiable.
- 3 - Dans ma famille, je suis celui ou celle qui ressent et montre en premier quand ça ne va pas.
- 4 - C'est important de réussir professionnellement.
- 5 - J'ai une grande capacité d'écoute.
- 6 - Je suis parfois fatigué(e) à être sollicité(e) pour résoudre les problèmes des autres.
- 7 - Quand il y a quelque chose à faire c'est tout de suite.
- 8 - Je suis devant une œuvre d'art, je peux facilement m'émouvoir.
- 9 - J'ai parfois des réactions que je ne comprends pas.
- 10 - Transmettre c'est important.
- 11 - Faut pas toucher à ma famille, sinon on a affaire à moi !
- 12 - Je suis bavard(e).
- 13 - Quand il y a un problème pour les autres ou pour moi, je ne lâche pas tant qu'il n'y a pas de solution.
- 14 - Dans un groupe, je ne laisse jamais indifférent.
- 15 - Quand j'arrive dans une soirée, je sens tout de suite l'ambiance.
- 16 - J'ai tendance à entendre et vouloir suivre toutes les discussions autour de moi.
- 17 - J'aime me référer à l'histoire de ma famille.
- 18 - Les problèmes ne m'intéressent pas, je préfère agir.
- 19 - Je donne facilement des conseils.
- 20 - Quand tout le monde pleure, je pleure, quand tout le monde rit, je ris.
- 21 - Le parcours du combattant, ça me connaît.

Comptabilisez vos nombres de A, de B et de C selon vos affirmations choisies.

1	2	3	4	5	6	7
A	B	A	C	B	B	C
8	9	10	11	12	13	14
A	A	C	C	B	B	A
15	16	17	18	19	20	21
A	B	C	C	B	A	C

Reportez le total dans le tableau.

Vous pourrez ensuite lire le résultat du test.

A

B

C

Virginie THENAUD
Psychopraticienne et Formatrice
Membre du Centre Alter Echo

La Rochelle
06 67 65 46 25
virginie.thenaud@yahoo.fr
www.virginie-thenaud-therapeute.fr

Vous obtenez une majorité de A :

Vous êtes à dominante **Antenne**.

Vous êtes plutôt sensible, intuitif(ve) avec une vraie capacité, en montrant, à indiquer ce qui fonctionne ou dysfonctionne dans un groupe.

A titre d'exemple, si un(e) ami(e) vous téléphone pour vous annoncer une bonne nouvelle vous êtes immédiatement heureux(se) avec lui ou elle, et ça va durer toute la journée, c'est top. Et si c'est une mauvaise nouvelle, les larmes vous montent aux yeux, vous êtes en totale compassion, et il/elle se sent tellement compris(e) avec vous !

Vous obtenez une majorité de B :

Vous êtes à dominante **Agitateur**.

Vous êtes plutôt curieux, vous aimez tout analyser, comprendre et avez la capacité de rechercher les solutions pour améliorer ce qui dysfonctionne.

A titre d'exemple, si un(e) ami(e) vous téléphone pour vous annoncer une bonne nouvelle, vous êtes très motivé(e) pour comprendre comment il/elle a fait pour réussir ça, c'est super !

Et si c'est une mauvaise nouvelle, trois heures plus tard, vous causez encore, avec mille conseils, explications, livres, lire, conférences à courir, personnes à rencontrer, choses à comprendre pour trouver des solutions.

Vous obtenez une majorité de C :

Vous êtes à dominante **Gardien**.

Vous êtes plutôt dans l'action, plutôt un «bâisseur». Vous avez besoin d'avancer et vous aimez transmettre et sécuriser. Pour vous, quoi qu'il arrive dans la vie, on avance.

A titre d'exemple, si un(e) ami(e) vous téléphone pour vous annoncer une bonne nouvelle, vous exprimez le fait que c'est super, et que maintenant il/elle va pouvoir faire encore tellement de choses ! Si c'est une mauvaise nouvelle, vous lui dites : « Oh, la, la ! Il faut se changer les idées, on va faire la fête ou aller voir un bon film, demain ça ira mieux ! »

Test réalisé par les professionnelles du Centre Alter Echo
d'après les travaux de Dominique Lamari.