

Évaluation de soi "Big Five"

La théorie des « Big Five » décrit notre personnalité sur cinq échelles de caractéristiques. Les « Big Five » ont été développés par des recherches psychologiques approfondies et peuvent être observés dans le monde entier dans différentes cultures et groupes d'âge.



Ouverture à l'expérience: : Curiosité, imagination et créativité

Cette échelle mesure l'ouverture d'esprit d'une personne face aux nouvelles idées, aux expériences et aux changements. Les personnes ayant des scores élevés sont créatives, curieuses et ouvertes à la nouveauté. Les personnes ayant des scores faibles préfèrent la routine et sont plus traditionnelles et pratiques.

Je suis...



pas du tout ouvert.e à la nouveauté

extrêmement ouvert.e à la nouveauté



Conscience : Organisation, responsabilité et autodiscipline

Cette échelle décrit à quel point une personne est organisée, consciencieuse et fiable. Les personnes ayant des scores élevés sont disciplinées, planifient à l'avance et travaillent avec soin. Les personnes ayant des scores faibles ont tendance à agir spontanément, sont moins organisées et peuvent être négligentes.

Je suis...



pas du tout consciencieux.se

extrêmement consciencieux.se



Agréabilité: Compassion, coopération et fiabilité

Cette échelle mesure le degré d'amabilité, de compassion et de coopération d'une personne. Les personnes ayant un niveau de tolérance élevé sont prévenantes, serviables et ont tendance à faire confiance aux autres. Les personnes ayant un faible score sont souvent plus critiques, plus compétitives et ont tendance à faire valoir leurs propres intérêts.

Je suis...



pas du tout tolérant.e

extrêmement tolérant.e



Extraversion : Sociabilité, affirmation de soi et émotivité

Cette échelle mesure le degré de sociabilité, d'énergie et de sociabilité d'une personne. Les extravertis sont bavards, recherchent les interactions sociales et se sentent bien en société. Les introvertis sont plutôt calmes, encore pensifs et préfèrent être seuls ou en petits groupes.

Je suis...



très introverti.e

très extraverti.e



Névrosisme: Instabilité émotionnelle et émotivité négative

Cette échelle évalue le degré de stabilité ou d'instabilité émotionnelle d'une personne. Les personnes très névrosées ont tendance à ressentir du stress, de l'insécurité et des émotions négatives telles que l'anxiété et la dépression. Les personnes peu névrosées sont émotionnellement équilibrées, résistantes et stables.

Je suis...



pas du tout névrosé.e

extrêmement névrosé.e