



Test des Drivers (ou messages contraignants) de Taibi Kahler

Répondez le plus honnêtement possible à ce test, il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Pour chaque phrase proposée, répondez en surlignant ce qui vous correspond le mieux.

0 : Ce n'est pas moi | 1 : C'est peut-être moi | 2 : C'est quelquefois moi | 3 : C'est souvent moi | 4 : C'est tout à fait moi

1.	J'ai toujours l'impression de me battre contre la montre	0	1	2	3	4
2.	Je pense que l'effort est plus important que le résultat	0	1	2	3	4
3.	Je pense que dans la vie je dois me débrouiller seul(e)	0	1	2	3	4
4.	Pour commencer une tâche, il me faut "toutes" les informations	0	1	2	3	4
5.	Il est important que les autres soient bien disposés à mon égard	0	1	2	3	4
6.	Le stress me dope	0	1	2	3	4
7.	J'ai souvent peur de ne pas être à la hauteur	0	1	2	3	4
8.	Je suis très exigeant(e) envers moi-même et les autres	0	1	2	3	4
9.	Pour être satisfait(e), je dois exceller	0	1	2	3	4
10.	Pour être aimé(e), je rends service plus que la moyenne	0	1	2	3	4
11.	Je ne peux déléguer, car les autres sont trop lents	0	1	2	3	4
12.	Je dois dépenser beaucoup d'énergie pour faire les choses	0	1	2	3	4
13.	Je ne suis pas proche de mes émotions et de leur expression	0	1	2	3	4
14.	Pour être efficace, ma tâche doit être parfaite	0	1	2	3	4
15.	Pour mon patron, je suis disponible, même chez moi	0	1	2	3	4
16.	Je parle vite	0	1	2	3	4
17.	J'ai un sentiment d'oppression et la peur d'exploser si je me laisse aller	0	1	2	3	4
18.	J'aime accomplir de nobles tâches	0	1	2	3	4
19.	Les faits, les chiffres, la logique, voilà les vraies valeurs	0	1	2	3	4
20.	Il faut dire aux gens ce qu'ils ont envie d'entendre	0	1	2	3	4
21.	J'ai envie d'interrompre les gens pour finir leurs phrases à leur place	0	1	2	3	4
22.	J'ai le sentiment depuis longtemps d'être responsable de ce qui arrive aux autres	0	1	2	3	4
23.	L'échange intellectuel est le domaine où je suis le/la plus à l'aise	0	1	2	3	4
24.	L'exactitude à tout prix, voilà mon image	0	1	2	3	4
25.	J'aime savoir qu'un collègue a besoin de moi	0	1	2	3	4
26.	Je dis souvent : "Pressons ... oui...oui...et alors ?"	0	1	2	3	4
27.	Les autres disent de moi que je me plains souvent	0	1	2	3	4
28.	J'aime ce qui fait appel à la logique	0	1	2	3	4
29.	Je dois donner à penser à mon client que je sais tout	0	1	2	3	4
30.	Il faut savoir se mettre en quatre	0	1	2	3	4
31.	J'ai coutume de faire les cent pas lorsque je suis en attente de quelque chose	0	1	2	3	4
32.	Les gens viennent à moi sans que je leur demande car on me trouve gentil(le)	0	1	2	3	4
33.	J'ai du mal à faire confiance et à m'abandonner	0	1	2	3	4



34.	Pour moi une objection est le signe de mon incompetence, aussi je dois tout réussir pour ne pas être critiqué(e)	0	1	2	3	4
35.	J'aime aider les autres	0	1	2	3	4
36.	Je tapote souvent avec mes doigts ou mes pieds	0	1	2	3	4
37.	Je crée des situations confuses où je suis stupide et impuissant(e)	0	1	2	3	4
38.	La manière dont les autres me jugent sur ce que je fais m'importe beaucoup	0	1	2	3	4
39.	Je suis convaincu(e) que je suis le/la meilleur(e)	0	1	2	3	4
40.	Je ne sais pas dire non	0	1	2	3	4
41.	Je vais trop vite, ce qui me fait faire des fautes d'inattention	0	1	2	3	4
42.	Que d'efforts pour répondre à toutes ces questions	0	1	2	3	4
43.	Je me sens en sécurité si je ne m'implique pas émotionnellement	0	1	2	3	4
44.	Tant qu'une tâche n'est pas réalisée comme je l'imaginais, je recommence	0	1	2	3	4
45.	J'aime jouer le rôle de confident(e)	0	1	2	3	4
46.	Je ne peux rester inactif(ve), et au besoin, je fais plusieurs choses à la fois	0	1	2	3	4
47.	Ma mère me disait souvent : "avec un peu plus d'efforts..."	0	1	2	3	4
48.	Dans une tâche à plusieurs, je n'aime pas que l'on ne respecte pas le timing, l'objectif et que l'on fasse des digressions	0	1	2	3	4
49.	J'attends de mes collaborateurs qu'ils fassent exactement ce que je leur dis	0	1	2	3	4
50.	En répondant à ces questions, je me demande si les réponses correspondent bien à ce que l'on attend de moi	0	1	2	3	4

Une fois que vous avez répondu à l'ensemble des questions :

Collectez le nombre de points obtenus pour chacune des questions. *Par exemple, dans la colonne FV, à la question 1, si j'ai répondu 2, je note 2 points. Ensuite à la question 6, j'ai répondu 0, alors je note 0 points...*

Faites ensuite la somme pour chacune des colonnes.

FV		FE		SF		SP		FP	
N °	POINTS	N °	POINTS	N °	POINTS	N °	POINTS	N °	POINTS
1		2		3		4		5	
6		7		8		9		10	
11		12		13		14		15	
16		17		18		19		20	
21		22		23		24		25	
26		27		28		29		30	
31		32		33		34		35	
36		37		38		39		40	
41		42		43		44		45	
46		47		48		49		50	
TOTAL		TOTAL		TOTAL		TOTAL		TOTAL	