

Catalogue de jeux – Psychologie & Profil de Personnalité

Version : V3.35

Date : 16 septembre 2025

Copyright : SPUP (Stéphane Pariente UP)

Jeu 1 – Calibration Initiale

Objectif :

Ce test permet d'évaluer ton profil psychologique dominant et de détecter les zones de déséquilibre éventuelles. Il est automatiquement proposé au premier lancement du module et contient 15 questions réparties en 3 niveaux de difficulté.

Structure : 15 questions réparties en 3 niveaux de difficulté :

- 5 faciles → Notions de base sur soi, émotions, comportement
- 5 intermédiaires → Corrélations entre actions, émotions et traits
- 5 difficiles → Réflexion introspective et cohérence des choix de vie

Règles :

- Une seule question à la fois
- Réponses au format QCM (A, B, C)
- Justification obligatoire à chaque réponse
- Feedback intelligent après chaque réponse
- Niveau ajusté automatiquement en cas d'échec ou de réussite

Barème :

- Facile = 1 pt / Intermédiaire = 2 pts / Difficile = 3 pts
- Score maximal : 30 points

Déclenchement : automatique à la première invocation du module

Questions :

Q1. Quel est ton réflexe face à un imprévu majeur ?

- A) Contrôle immédiat
- B) Repli silencieux
- C) Analyse rationnelle

Q2. Quand tu ressens une émotion forte, que fais-tu ?

- A) Tu l'exprimes
- B) Tu la contiens
- C) Tu l'ignores

Q3. Quel type de tâche te procure le plus de satisfaction ?

- A) Résolution rapide
- B) Création originale

C) Analyse logique

Q4. Face à un conflit personnel, tu as tendance à :

A) Confronter

B) Fuir

C) Négocier

Q5. Quand tu es en échec, quelle est ta première pensée ?

A) “Je suis nul”

B) “C’était prévisible”

C) “Comment rebondir ?”

Q6. Quel est ton besoin dominant ?

A) Reconnaissance

B) Sécurité

C) Autonomie

Q7. Quel environnement te stimule ?

A) Challenge intense

B) Cadre stable

C) Temps libre

Q8. Comment gères-tu tes émotions en public ?

A) Tu explotes

B) Tu masques

C) Tu relativises

Q9. Ta principale force cognitive ?

A) Intuition

B) Rigueur

C) Créativité

Q10. Ton profil dominant ?

A) Mental

B) Émotionnel

C) Comportemental

Q11. Tu prends une décision sur base de :

A) Ton instinct

B) Les faits

C) L’impact sur autrui

Q12. Tu procrastines quand :

A) C’est flou

B) C’est difficile

C) C’est ennuyeux

Q13. Face à un feedback négatif :

- A) Tu te braques
- B) Tu écoutes
- C) Tu doutes

Q14. Si tu devais te décrire en 1 mot :

- A) Contrôlant
- B) Sensible
- C) Stratège

Q15. Que fais-tu en cas d'injustice ?

- A) Tu intervies
- B) Tu observes
- C) Tu analyses

Fin du jeu interactif.

Score final : X / 30.

Voici les recommandations stratégiques générées à partir de ta session :

1. [chat 1]
2. [chat 2]
3. [chat 3]

Souhaites-tu que je les ouvre maintenant ou que je te les stocke dans un mémo ?

Jeu 2 – Test MBTI

Objectif : Identifier le type de personnalité de l'utilisateur selon les axes Jung/MBTI.

Structure : 60 items couvrant les quatre axes :

- Introversion vs Extraversion (I/E)
- Intuition vs Sensation (N/S)
- Pensée vs Sentiment (T/F)
- Jugement vs Perception (J/P)

Format : QCM 2 réponses (forcées), avec justification optionnelle.

Jeu 3 – Test de locus de contrôle

Objectif : Identifier si l'utilisateur perçoit qu'il contrôle sa vie ou subit les événements.

Structure : 15 affirmations, accord/désaccord (échelle de Likert).

Analyse : Score total projeté sur un axe interne ↔ externe.

Utilité : Adapter les recommandations stratégiques et la posture mentale.

Jeu 4 – Test Big Five

Objectif : Évaluer les 5 grands traits de personnalité psychologique :

- Ouverture à l'expérience
- Conscience professionnelle
- Extraversion
- Agréabilité
- Névrosisme

Structure : 50 à 60 affirmations, réponse par échelle de Likert.

Résultat : Profil radar détaillé et analyse personnalisée.

Jeu 5 – Test de motivation dominante (selon Reiss/Deci-Ryan)

Objectif : Identifier la motivation principale actuelle de l'utilisateur :

- Besoin d'accomplissement, sécurité, reconnaissance, liberté, etc.

Format : Série de choix contraints en situation (pairwise comparison).

Déclenchement : en milieu de parcours pour ajuster les micro-actions OMG.

Jeu 6 – Test de l’Ennéagramme

Objectif : Identifier le type dominant parmi les 9 profils de l’Ennéagramme.

Structure : 81 affirmations réparties en 9 catégories. Réponses sur une échelle de validation.

Résultat : Type dominant + ailes + sous-types éventuels.

Utilité : Comprendre ses schémas inconscients, ses stratégies de défense, ses forces intrinsèques.

Jeu 7 – Test des 16 + 1 Personnalités (extension MBTI)

Objectif : Explorer les 17 archétypes modernes de personnalité utilisés dans certaines plateformes avancées d'analyse psychologique (ex : 16Personalities + Architecte Intuitif).

Structure : 100 affirmations réparties selon des dimensions croisées :

- Pensée, émotion, intuition, organisation, interaction, rôle social, vision de soi

Résultat : Détail du profil parmi les 17 identités complètes : analystes, diplomates, sentinelles, explorateurs, + profil transversal additionnel (le 17e).

Utilité : Approfondissement des nuances internes d'un profil MBTI et orientation comportementale contextualisée (vie pro, vie perso, leadership, introspection).

Jeu 8 – Test DISC

Objectif : Identifier le style de communication et d'interaction dominant parmi les 4 types DISC :

- D (Dominance) : Affirmation, orientation résultats
- I (Influence) : Enthousiasme, expression, connexion sociale
- S (Stabilité) : Calme, soutien, fiabilité
- C (Conformité) : Analyse, logique, rigueur

Structure :

- 48 affirmations réparties en 12 séries de 4 comportements typiques.
- À chaque série, l'utilisateur choisit celui qui lui ressemble le plus et le moins.

Résultat : Profil DISC complet (dominant, secondaire) + graphique d'intensité comportementale.

Utilité :

- Améliorer les relations professionnelles et personnelles
- Mieux gérer les conflits ou les attentes sociales
- Optimiser le management ou les interactions en équipe

Jeu 9 - Le Voyage Intérieur

Bienvenue dans "Le Voyage Intérieur", une aventure immersive où chaque choix façonne ton profil psychologique.

Avant de commencer, nous allons te poser quelques questions pour personnaliser ton parcours :

- Ton nom et prénom
- Ta nationalité
- Ta langue maternelle
- Ton âge
- Tes objectifs personnels
- Ton style d'apprentissage (optionnel)

Pendant le jeu, tu seras confronté à des situations et dilemmes qui te demanderont de prendre des décisions. Chaque choix influencera ton profil psychologique et tes recommandations personnalisées.

Tu peux interrompre le jeu à tout moment avec la commande `/pause_voyage` pour obtenir un compte rendu de ta progression et reprendre plus tard avec `/resume_voyage`.

Exemples de situations que tu rencontreras :

1. L'épreuve du miroir : choisis ce que tu vas observer en toi-même.
2. La forêt des décisions : sélectionne un chemin selon ta logique, ton émotion ou ton action.
3. Le pont de l'équilibre : équilibre tes priorités personnelles et professionnelles.

À chaque étape, l'IA te fournira un feedback immédiat sur tes choix et adaptera les situations suivantes selon ton profil.

Es-tu prêt à commencer ton voyage intérieur et à explorer ton esprit ?

Fin de session

Score final : X / 30

Message standard de fin de jeu :

"Fin du jeu interactif. Ce n'est qu'une étape. Voici les recommandations stratégiques générées à partir de ta session :

1. [Chat recommandé 1]
2. [Chat recommandé 2]
3. [Chat recommandé 3]

Souhaites-tu que je les ouvre maintenant ou que je te les stocke dans un mémo ?"

Rappels méthodologiques :

- L'IA ajuste les prochaines questions selon les performances précédentes
- L'utilisateur ne peut accéder aux autres fonctions tant qu'il n'a pas obtenu 80 % minimum (calibration)
- Un graphique de progression est généré automatiquement dans le suivi de session

Version du fichier : Catalogue de jeux Psychologie & Profil de Personnalité – V3