

---

# TEST DE PERCEPTION SENSORIELLE

---

- 1/4 -

Lisez la question et choisissez la réponse A, B, C ou D qui vous paraît être la plus proche de votre expérience. Reportez vos réponses sur la grille de résultats.

**1. En vous éveillant le matin, que remarquez-vous surtout ?**

- A - le son de votre réveil
- B - vous cherchez à discerner la lueur du jour à travers les volets
- C - vous pensez à la journée qui vous attend
- D - la sensation de chaleur sous les couvertures qu'il va falloir bientôt quitter.

**2. Vous vous promenez sur une plage :**

- A - vous remarquez le bruit des vagues et le chant des oiseaux de mer
- B - l'odeur de l'air et la sensation de la brise chargée d'embruns
- C - vous vous dites que vous avez choisi le bon moment pour vous promener
- D - vous admirez le paysage.

**3. Quand vous prenez le bus :**

- A - vous regardez les gens autour de vous
- B - vous vous plongez dans vos pensées
- C - vous trouvez que les bus sont mal climatisés, il y fait trop chaud ou trop froid
- D - vous écoutez les conversations autour de vous.

**4. Au restaurant, outre la qualité de la cuisine, vous aimez :**

- A - qu'il y ait une musique de fond
- B - que la salle soit bien décorée
- C - que les chaises soient confortables
- D - que le menu change souvent.

**5. Vous faites vos courses au supermarché, ce qui vous ennuie le plus c'est :**

- A - de constater qu'une fois de plus les prix augmentent
- B - le baratin du démonstrateur qui hurle dans un micro dans l'espoir de vous faire acheter quelque chose
- C - de ne plus trouver vos produits habituels au même endroit car l'emplacement des rayons change souvent
- D - l'absence de contact humain personnalisé : il n'y a jamais de vendeur pour vous conseiller quand vous cherchez une information précise.

**6. Vous entrez dans une vieille église, ce qui vous frappe c'est :**

- A - l'odeur de l'encens
- B - la semi-obscurité où vous discernez la lueur des cierges et les vitraux
- C - le silence
- D - rien de particulier ne retient votre attention, toutes les vieilles églises se ressemblent un peu, mais vous ne vous êtes pas demandé pourquoi.

**7. Quand il pleut l'été à la campagne :**

- A - vous vous dites que c'est une journée de perdue
- B - vous appréciez l'odeur de la terre humide
- C - vous guettez l'arc-en-ciel
- D - vous écoutez tomber les gouttes.

**8. Vous sortez dans un lieu où l'on danse :**

- A - vous trouvez que la musique fait trop ou pas assez de bruit
- B - vous cherchez à observer la disposition de la salle, les éclairages, etc.
- C - vous savez tout de suite si l'ambiance est bonne
- D - vous vous félicitez d'avoir réservé une table.

**9. Vos voisins rentrent de vacances :**

- A - leurs enfants ont une mine superbe
- B - c'en est fini du silence, ils sont bien gentils mais qu'ils sont bruyants
- C - cela vous fait plaisir pour eux
- D - vous pensez que bientôt ce sera votre tour.

**10. Vous prenez de l'essence à une station self-service**

- A - vous contrôlez attentivement les chiffres lumineux qui défilent au compteur de la pompe
- B - le bruit du dispositif automatique vous renseigne quand le plein est fait
- C - cela fait du bien de prendre l'air frais, dommage qu'il y ait cette odeur d'essence !
- D - vous pensez à votre consommation ou à autre chose.

**11. Vous vous trouvez dans une fête foraine :**

- A - cela fait beaucoup de bruit
- B - les couleurs des manèges et des stands sont vives, éclatantes
- C - vous vous sentez bousculé et pressé par la foule des badauds
- D - cela vous fait penser à d'autres fêtes foraines et vous les comparez.

**12. Vous êtes en voiture sur la route mais ce n'est pas vous qui conduisez :**

- A - vous regardez le paysage
- B - vous vous occupez de mettre de la musique ou de chercher un programme radio qui vous convient
- C - vous vous détendez
- D - vous essayez de penser à autre chose, car vous êtes tenté de critiquer le conducteur.

**13. Vous prenez un bain :**

- A - vous appréciez la chaleur de l'eau sur votre corps
- B - vous goûtez en paix un moment de silence
- C - vous vous dites que c'est vraiment agréable de se détendre
- D - vous rêvez en regardant la mousse

**14. Vous essayez un pull dans un magasin, celui que vous achetez :**

- A - c'est le plus confortable et agréable au toucher
- B - c'est celui qui vous va le mieux quand vous vous regardez dans la glace
- C - c'est celui dont vous vous dites qu'il vous donnera satisfaction
- D - c'est celui qui, tout bien réfléchi, vous paraît le mieux adapté à l'usage que vous voulez en faire

**15. Vous êtes chez des amis, et leur chat ou chien vient se frotter à vos jambes :**

- A - il a l'air si mignon que vous le prenez sur vos genoux
- B - en l'entendant miauler, vous vous demandez ce qu'il veut
- C - sa fourrure est très douce, vous le caressez
- D - vous pensez que ce chat a bien de la chance que vous soyez ami des animaux.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
A	A	D	A	B	C	D	A	B	B	A	B	B	C	B	Aud
B	D	A	B	C	B	C	B	A	A	B	A	D	B	A	Vis
D	B	C	C	D	A	B	C	C	C	C	C	A	A	C	Kin
C	C	B	D	A	D	A	D	D	D	D	D	C	D	D	D.i.

Auditif

Visuel

Kinesthésique

Dialogue Interne