



## EGOGRAMME 1

Ce test est gratuit.  
Il ne peut être vendu ou commercialisé.  
Vous pouvez le réutiliser ou le diffuser  
gratuitement en indiquant la mention  
suivante :  
« **Test téléchargé gratuitement sur le site  
[www.isrifrance.fr](http://www.isrifrance.fr)** »

### **Cabinet ISRI**

Ingénierie en pratiques sociales

#### **Administration et gestion :**

2 rue du Vieux Moulin  
07300 Tournon sur Rhône

**09 75 69 98 67** (N°Cristal appel non surtaxé)

[isri@isrifrance.fr](mailto:isri@isrifrance.fr)

[www.isrifrance.fr](http://www.isrifrance.fr)

#### **Siège :**

Les Hauts de Montjuliau  
07000 PRIVAS

---

### **Activités :**

#### **Ingénierie en pratiques sociales, formations**

- management, risques psychosociaux, notation sociale
  - analyse des pratiques professionnelles
- 

*L'optimisation d'une organisation  
dépend au jour d'hui de  
l'éveil de son potentiel humain*





## Etude des états du Moi fonctionnels Test de l'egogramme 1

### Instructions :

Répondez spontanément aux 140 propositions ci-dessous. Quand le comportement décrit vous ressemble ou que l'affirmation vous paraît exacte, vous mettez une croix dans la case « Plutôt Vrai ». Sinon, vous mettez une croix dans la case « Plutôt faux ». Vous disposez d'une heure.

	Plutôt Vrai	Plutôt Faux
1. J'ai essayé plusieurs fois d'arrêter de fumer sans y arriver.		
2. Mes enfants m'appellent le plus souvent par mon prénom.		
3. Je fais ce qu'il faut pour ne pas passer inaperçu vis-à-vis de mon patron et faire connaître mes bons résultats		
4. On me trouve parfois sans-gêne.		
5. Certains me disent "un peu cabotin" et soucieux du "qu'en-dira-t-on".		
6. J'ai plusieurs plans de carrière ; j'ai déjà commencé d'en réaliser certains et je compte bien les poursuivre en les adaptant selon les circonstances.		
7. Je prête facilement mes affaires, sans me préoccuper de savoir si on va me les rendre ou pas.		
8. J'ai l'habitude de prévoir et planifier mon travail professionnel et ma vie privée ; ceci me permet d'être plus décontracté et tranquille.		
9. Dans les discussions, quand on m'attaque sur mes idées, je ne m'excite pas et je suis même prêt à remettre en cause certains de mes points de vue.		
10. Mes parents m'ont élevé sévèrement et dans le respect des principes.		
11. Je suis économe et je mets de l'argent de côté en cas de difficultés ou de maladie.		
12. Je souffre facilement des critiques que les autres me font sur mes façons d'agir.		
13. J'aime le travail bien fait. Précis et réalisé dans les délais voulus.		
14. Je ne crains pas de dire aux autres ce que je pense : la sincérité est fondamentale dans les relations humaines.		
15. J'aime beaucoup mon conjoint et mes enfants : la vie de famille a une place importante dans ma vie.		
16. Je garde pour moi les travaux les plus difficiles ou ingrats.		
17. Je conduis assez vite dès que j'en ai la possibilité. Car j'aime la vitesse.		
18. On me trouve chaleureux et bruyant.		

	Plutôt Vrai	Plutôt Faux
19. J'ai tendance à me mettre en colère et à être impatient plus souvent que je ne le voudrais.		
20. J'ai du mal à économiser et je vis plutôt au-dessus de mes moyens.		
21. Si je réfléchis à ma vie passée, je vois que j'ai changé plusieurs fois d'idées et de points de vue sur des problèmes pourtant fondamentaux.		
22. J'arrive à bien coopérer avec mon patron, sans pour autant être complètement d'accord avec lui sur bien des points.		
23. Contrairement à beaucoup d'enfants de mon âge, mes parents m'ont encouragé à penser par moi-même.		
24. Dans le travail, les systèmes de valeurs et les sentiments ont plus d'importance qu'aucun ne le croient.		
25. Je ne crois pas beaucoup aux recettes et aux méthodes ; je préfère expérimenter par moi-même.		
26. J'ai de nombreuses activités en dehors du travail, il me semble que je m'ennuie moins que la plupart des gens.		
27. J'ai une vie de famille heureuse : j'ai construis et je continue de construire des relations positives avec mon conjoint et mes enfants.		
28. Commander me fait peur et je n'aime pas prendre des responsabilités.		
29. En dehors de ma spécialité, je ne me sens ni le droit, ni la capacité de juger et je m'en remets aux spécialistes.		
30. Il est dommage que certaines traditions de politesse et de bienséance se perdent.		
31. Il faut envisager tous les choix possibles avant de prendre une décision.		
32. Quand je sens qu'on veut faire pression sur moi, je vois rouge.		
33. En tout, il faut savoir garder le bon et juste équilibre.		
34. Il m'arrive de faire des signes (lumière, klaxon, geste) aux automobilistes qui ne respectent pas le code de la route.		
35. En éducation, il est primordial d'avoir des relations de confiance avec ses enfants.		
36. Le combat pour les plus déshérités est la plus grande affaire de notre époque.		
37. Il faut changer la vie et lutter pour une société plus juste et égalitaire.		
38. Je n'attends pas grand chose des hommes politiques et je n'ai pas beaucoup d'illusion sur leur capacité à changer notre société.		
39. Je pense qu'il est préférable de considérer a priori les gens comme intelligents et honnêtes, même si cela n'est pas tout à fait vrai.		
40. Quoique l'on dise, les enfants ont besoin de nous beaucoup plus longtemps qu'il n'y paraît et il faut être prêt.		
41. Je trouve utile de remettre en cause, de temps à autres, mes conceptions en les mettant à l'épreuve de la réalité et en expérimentant de nouvelles façons de faire.		
42. L'expérience est ce qu'il ne faut pas suivre.		
43. Je ne me mets jamais en colère et mon humeur est constante même si je suis énervé par la situation.		
44. Il n'y a pas de raison de manifester une pudeur qui n'est plus de mise sur les problèmes de la sexualité.		
45. Je ne crains pas le silence avec un interlocuteur ou un groupe, au contredire, cela aide la réflexion et la communication.		
46. Diriger, c'est faire donner le maximum du potentiel de chacun.		
47. Certains me trouvent un peu trop diplomate, sinon intrigant ; mais on est bien obligé si l'on veut arriver.		
48. Face à une décision difficile, je suis mon devoir.		

	Plutôt Vrai	Plutôt Faux
49. Il est normal de se sacrifier pour le bonheur de ses enfants.		
50. J'ai eu, dans ma vie, des rencontres décisives avec des personnes qui ont eu une grande influence sur moi.		
51. Je me souviens encore de hontes subies dans l'enfance, en famille ou à l'école.		
52. Il m'arrive encore trop souvent de continuer à suivre certains principes, alors que je doute de plus en plus de leur valeur ; mais j'ai été élevé comme ça, je n'y puis rien.		
53. Je préfère demander l'avis à des personnes de confiance avant de décider.		
54. J'aime les contacts avec les étrangers et je me sens à l'aise avec des gens différents de moi.		
55. Je travaille rarement en solitaire : je consulte, je m'informe, je confronte. Je suis un homme de contact plutôt qu'un homme de bureau.		
56. Mon entourage me trouve un peu froid et distant.		
57. Je me sens à l'aise, tranquille et bien dans ma peau.		
58. Je manifeste souvent une certaine indépendance d'esprit qui étonne parfois les gens.		
59. Je suis plutôt généreux, j'aime bien faire des cadeaux, mais souvent je dépense trop.		
60. J'aime remercier et montrer ma reconnaissance.		
61. J'essaie de donner à mes enfants l'affection que je n'ai pas reçue.		
62. J'ai eu une enfance heureuse, avec des parents très chaleureux.		
63. J'attends toujours la dernière minute pour faire un travail et j'ai tendance à remettre à plus tard ce qui ne m'intéresse pas.		
64. J'aime bien manger et boire, et trop souvent je dépasse la mesure raisonnable.		
65. Je suis impatient avec les personnes qui ne comprennent pas bien tout de suite.		
66. Je pense qu'il est important d'être estimé de son entourage et je m'y emploie plus efficacement que la moyenne des gens.		
67. Je suis débrouillard et je me tire bien des situations même épineuses.		
68. Je connais beaucoup de gens et je suis en général mieux renseigné et informé que d'autres.		
69. L'effort et le dépassement de soi procurent les plus grandes joies dans la vie.		
70. Je me suis opposé fortement à ma famille.		
71. J'ai un excellent contrôle de moi-même et je suis plutôt un animal de sang froid.		
72. Les gens ne sont pas égoïstes. Les désaccords viennent la plupart du temps de divergence d'intérêts également légitimes.		
73. J'essaie de m'informer et d'accumuler les faits indiscutables quand je dois trancher un cas épineux.		
74. Je suis à l'aise avec tout le monde, même avec des inconnus.		
75. Durant ma vie, il m'est arrivé plusieurs fois de changer d'avis sur des points essentiels, après m'être documenté et renseigné.		
76. Mes parents étaient ouverts et rencontraient beaucoup de gens différents ; très jeune, j'ai entendu beaucoup d'opinions variées.		
77. Il ne m'arrive pratiquement jamais de rougir.		
78. Je suis très indulgent pour les erreurs des autres.		
79. Quand un collègue de travail me demande des informations, je n'hésite pas à les lui donner, même si nous sommes en compétition.		

	Plutôt Vrai	Plutôt Faux
80. Je souhaite pouvoir aider les jeunes à s'épanouir et à être heureux.		
81. J'aime bien expliquer, faire comprendre et faire découvrir.		
82. Quand on me critique, je réponds aussi sec.		
83. Je relève facilement le détail qui cloche.		
84. J'arrive assez bien à prévoir ce qui va arriver quand je commence une action : j'ai au moins plusieurs solutions possibles en tête.		
85. On me trouve en général assez conciliant et tolérant dans la vie quotidienne de travail.		
86. Je suis un bon négociateur et j'ai déjà été plusieurs fois amené à régler efficacement des problèmes difficiles de relations entre personnes.		
87. Mes parents m'ont laissé très jeune décider par moi-même de mes lectures et de mes sorties.		
88. Je donne facilement un coup de main à mes collaborateurs, même si je n'ai pas trop de temps.		
89. J'aime reconforter quelqu'un qui s'en sort mal.		
90. Il ne faut pas laisser les enfants regarder n'importe quoi à la télévision.		
91. Je conseille mes enfants car je crains qu'ils rencontrent des difficultés.		
92. Il faut savoir se dévouer pour des causes justes, c'est ce qui donne un sens à la vie.		
93. J'étais très sage et très discipliné à l'école.		
94. J'ai du mal à me décider. Je me sens souvent partagé entre des points de vue contraires.		
95. J'aime les gens discrets et modestes ; l'humilité est une qualité essentielle.		
96. Je suis plutôt soumis et obéissant.		
97. Je suis un peu "roublard": on me dit malin, habile en affaires.		
98. J'aime la compétition et j'arrive en général mieux que les autres à m'en sortir.		
99. On dit de moi "méfie-toi, avec lui, tu vas te faire avoir".		
100. J'ai beaucoup d'amis et nous nous voyons souvent pour de grandes parties de rire.		
101. Je sais dire le mot qui détend l'atmosphère et met la bonne ambiance.		
102. Les activités physiques (marche, tennis, jogging, natation, ...) me plaisent beaucoup et me mettent en pleine forme.		
103. Si on me frustre de quelque chose, je suis furieux et cela s'entend !		
104. J'aime le jeu et la plaisanterie.		
105. Je suis en général à l'heure à mes rendez-vous et j'évite de faire attendre les gens qui viennent me voir.		
106. La vie en commun suppose un minimum de discipline qu'il convient de respecter.		
107. Je me sens libre dans mes choix et mes initiatives.		
108. Dans un partage j'accepte facilement la moins bonne part.		
109. J'ai facilement l'impression que je n'ai pas de chance.		
110. J'équilibre bien mon temps entre le travail et les loisirs : les deux m'intéressent.		
111. Je profite parfois des dîners ou des rencontres de vacances pour faire des affaires ou me documenter pour mon travail.		

	Plutôt Vrai	Plutôt Faux
112. J'ai tendance à trouver que les autres sont mieux que moi.		
113. Le vin et le tabac font beaucoup de mal ; il faudrait organiser plus systématiquement la lutte.		
114. Il est regrettable et inquiétant pour l'avenir que les valeurs soient de plus en plus abandonnées.		
115. Nous ne profitons jamais assez de l'expérience de nos aînés.		
116. Voir la faiblesse ou l'indécision m'irrite.		
117. En général je suis plutôt allergique à l'autorité.		
118. J'aime bien m'entendre avec tout le monde.		
119. Je suis exigeant pour moi et pour les autres.		
120. Je suis plutôt logique qu'intuitif. Ce qui me facilite l'analyse des problèmes pour dégager des synthèses utiles.		
121. Je supporte mal les gens soumis.		
122. J'ai l'esprit très curieux, je me passionne facilement.		
123. Je cherche un peu trop la facilité.		
124. Je suis facilement cynique.		
125. Les gens ne reconnaissent pas assez que pour vivre en société il faut un minimum de règles et de discipline.		
126. Je conduis plutôt tranquillement et on me double plus souvent que je ne double les autres.		
127. Il n'est pas possible de vivre tranquille alors que les trois-quarts du monde ont faim.		
128. Dans ma famille, on n'avait pas tellement le droit d'étaler ses émotions ; il fallait être réservé et poli.		
129. J'ai tendance à prendre en main les choses et à maîtriser les situations.		
130. On devrait être plus sévère pour les excès de vitesse en voitures.		
131. Il m'arrive facilement de couper la parole à mon interlocuteur.		
132. Je suis facilement égoïste.		
133. Trop peu de capitaux sont allés pour la recherche pour le cancer.		
134. Je suis ordonné et méticuleux.		
135. Je suis fidèle aux gens, quoiqu'il arrive.		
136. J'ai beaucoup le sens des responsabilités.		
137. J'ai profondément le sentiment qu'il y a des valeurs à préserver.		
138. J'ai plutôt tendance à être trop bon.		
139. Quand on me demande un effort, j'accepte.		
140. Quand on voit comment les chefs en tout genre commandent on ne s'étonne plus qu'il y ait des problèmes.		



**PARENT**

NOURRICIER	
CONSEIL +	SAUVEUR-
2	7
15	16
35	40
36	49
37	59
61	78
79	88
80	89
81	91
126	108
127	138

P nourricier =  /22

NORMATIF (CRITIQUE)	
PROTECTEUR +	PERSECUTEUR -
13	10
33	14
48	30
69	31
92	34
113	83
119	90
125	114
129	115
134	116
136	128
137	131

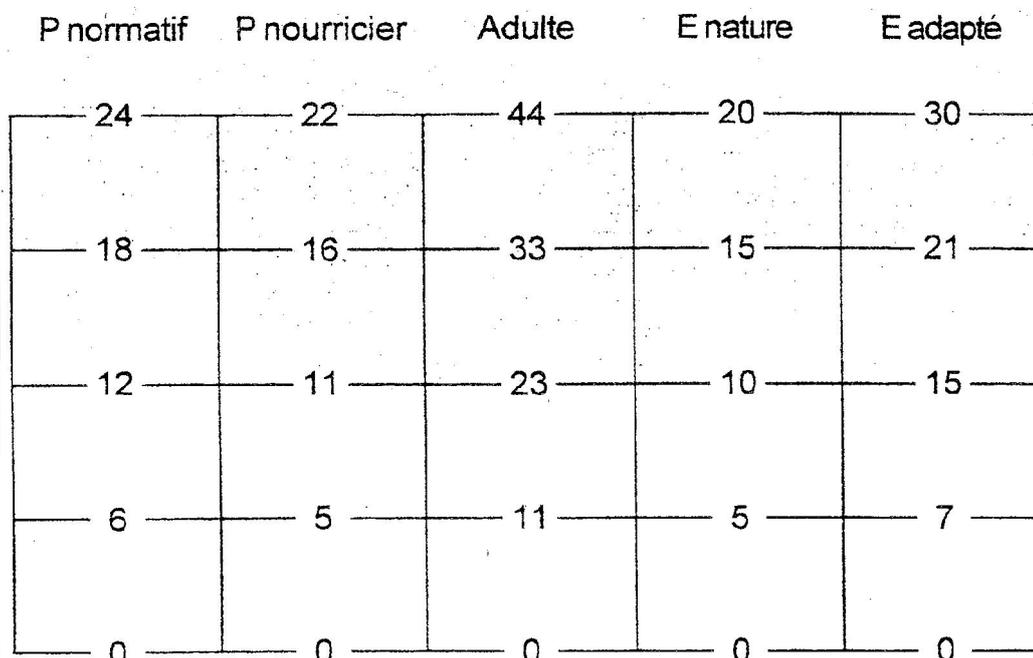
P normatif =  /24

Analyse de

Confiance

**I'EGOGRAMME**

Dans chaque colonne verticale, hachurez jusqu'au niveau correspondant à vos résultats au test précédent dépouillé selon les grilles. L'histogramme ainsi réalisé reflète le niveau d'activation des cinq grandes tendances dans votre personne.





**Une question ?  
Une information ?  
0 975 699 867  
(N°CRISTAL, appel non surtaxé)**



ISRI – cabinet d'ingénierie en pratiques sociales  
Administration : 2 rue du Vieux Moulin – 07300 Tournon sur Rhône (Siège : Les Hauts Montjuliau – 07000 Privas)  
Urssaf : 071 00000001248181 – Centre de formation professionnelle n° 82.07.00583.07 – siret : 47850776700018 APE : 7022Z

