

TEST DE ROSENZWEIG

test de frustration

Nom : Test de Rosenzweig.....Auteur : Paul Rosenzweig

Ce test analyse votre capacité à résoudre une situation conflictuelle à travers vos réponses à un interlocuteur. L'analyse se fait sur 2 axes, découpés chacun en 3 sous rubriques.

DIRECTION DE L'AGRESSIVITE.

- report de la faute sur l'autre (extrapunitive)
- report de la faute sur soi (intropunitive)
- rejet de la faute, personne n'est responsable (impunitive)

REACTION A LA FRUSTRATION.

- Prédominance de l'obstacle (comment celui-ci est perçu, dramatisation, minimisation ou perception positive de celui-ci : "cela tombe bien", "Nous allons enfin pouvoir !")
- La défense du moi (reprend un peu le premier grand axe en s'attachant à votre ressenti et à la façon dont vous ressentez la faute : blessé, déçu, peiné, etc.)
- La persistance du besoin (cherchez-vous une solution ou laissez-vous venir. Avez-vous une démarche de résolution du problème.)

Les réponses sont comptabilisées et pondérées par des coefficients (en fonction du poste notamment) et par un système de "moyenne" obtenue statistiquement.

Le test se compose d'un livret contenant vingt-quatre situations frustrantes ou conflictuelles, présentées sous forme de bandes dessinées de deux personnages : l'un explique une situation, l'autre doit répondre.

La bulle vide doit être remplie le plus vite possible, en règle générale 30 minutes suffisent (un temps de réponse trop long sera mal perçu par le recruteur : volonté de ne pas répondre, peur, angoisse, trucage des réponses, etc.)

COMMENT CELA MARCHE ?

Comme tous les tests projectifs, il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses, il y a les vôtres. Cependant, certaines réponses ou comportements sont à éviter :

- Ne pas remplir une bulle (cela montrera un trouble lié à la situation décrite par l'image)
- Hésiter, raturer, changer de réponse.
- Répondre par une réaction agressive dans tous les cas, vous mettre systématiquement en affrontement, en opposition.
- Toujours avoir une approche négative ou pessimiste de la situation.
- Faire de l'humour ou chercher une réponse totalement farfelue. (cela peut être drôle, mais au moment de l'analyse, les résultats sont souvent déplorables, surtout si vous faites dans le cyniques.)
- Soyez toujours simple dans la forme et le style, ce n'est pas une dissertation. Voilà pour les conseils de base.

Ce test peut être utilisé pour des commerciaux ou des responsables. dans le premier cas, privilégiez les réponses de recherche de solutions et conciliation. Dans le second, recherchez une solution qui soit plus dirigiste.

VOICI LES 24 SITUATIONS QUI VOUS SERONT PROPOSEES:

- 1/ Un automobiliste s'excuse de vous avoir éclaboussé, vous devez lui répondre.
- 2/ Vous êtes chez une amie et vous cassez un vase. Elle vous dit que sa mère tenait à ce vase, vous devez lui répondre.
- 3/ Vous êtes derrière une femme portant un grand chapeau, une autre vous fait remarquer que vous ne devez rien voir, vous devez lui répondre.
- 4/ Vous venez de louper votre train à cause d'une panne de voiture de celui qui devait vous emmener. Celui-ci s'excuse, vous devez lui répondre.
- 5/ Vous êtes vendeur et une cliente vous rapporte une montre, juste achetée, qui ne marche pas. Cela fait 3 fois qu'elle la rapporte, vous devez lui répondre.
- 6/ Vous empruntez 4 livres à la bibliothèque, la secrétaire vous fait remarquer que vous pouvez n'en prendre que 2, vous devez lui répondre.
- 7/ Au restaurant le serveur vous fait remarquer que vous êtes trop difficile. Vous devez lui répondre.
- 8/ Un "ami" vous annonce que votre petite amie l'a invitée à venir à un bal en lui disant que vous n'y seriez pas, vous devez lui répondre.
- 9/ Il pleut, le vendeur de parapluies vous explique qu'il ne pourra pas vous rendre le votre avant l'après-midi, quand le patron sera là, vous devez lui répondre.
- 10/ On vous traite de menteur devant témoin, vous devez répondre.
- 11/ On vous réveille en vous appelant par erreur au téléphone à 2 heures du matin, vous devez répondre.
- 12/ Un homme vous dit qu'un autre à pris votre chapeau à la place du sien (il a laissé le sien à la place), vous devez lui répondre.
- 13/ Un homme qui vous à fixé un rdv dit qu'il ne peut pas vous recevoir, vous devez lui répondre.
- 14/ Vous attendez une personne depuis 10 minutes. Quand une autre personne qui attend avec vous vous fait remarquer ce retard, vous devez lui répondre.
- 15/ Une femme qui est avec vous à une table de jeux, reconnaît que l'erreur qu'elle à faite vient de vous faire perdre, vous devez lui répondre.
- 16/ Un conducteur vous fait remarquer, après un accident, que vous n'aviez pas le droit de doubler, vous devez lui répondre.

- 17/ Une femme vous reproche d'avoir perdu les clefs de la voiture, vous devez lui répondre.
- 18/ Un vendeur vous dit qu'il n'a pas l'article que vous voulez. Vous devez lui répondre.
- 19/ Un policier vous dit que vous rouliez trop vite devant une école, vous devez lui répondre.
- 20/ Une personne vous demande pourquoi elle n'a pas été invitée à une réception, vous devez lui répondre.
- 21/ Alors que vous êtes en train de dire du mal d'une personne, une autre vous annonce que cette personne vient d'être hospitalisée, vous devez lui répondre.
- 22/ Vous venez de tomber, un homme vous demande si vous vous êtes fait mal (il y a un témoin). Vous devez lui répondre.
- 23/ Une femme vous demande d'attendre sa tante qui doit venir vous saluer, alors que vous êtes sur le point de partir, vous devez lui répondre.
- 24/ Un homme vous rend votre journal déchiré par son bébé en s'excusant, vous devez lui répondre.

Voilà, à vous de préparer vos réponses en fonction des conseils que nous vous avons donnés !