

# TEST RELATIONS PRO : OÙ EN ES-TU ?

Note tes réponses de 1 à 5 :

- 1 = Pas du tout d'accord
- 2 = Pas d'accord
- 3 = Un peu d'accord
- 4 = D'accord
- 5 = Tout à fait d'accord



## Communication positive ?

Je me sens à l'aise pour exprimer mes idées à mes collègues, mes équipes ou à mes supérieurs dans un respect réciproque.

## Confiance ?

Je fais confiance à mes collègues ou mes équipes pour accomplir leurs tâches de manière efficace et dans les délais impartis.

## Reconnaissance ?

Je reçois ou je partage régulièrement des retours positifs ou des remerciements pour le travail.

## Collaboration constructive ?

Je ressens ou j'installe un esprit d'équipe fort et une coopération active dans mon environnement de travail.

## Gestion des conflits ?

Les désaccords ou conflits sont traités de manière respectueuse et constructive avec les équipes.

## Soutien ?

Je peux compter sur mes collègues, mes équipes, ou mon manager en cas de difficulté professionnelle ou personnelle.

## Ambiance ?

L'atmosphère générale au travail est agréable et propice à la productivité.

## Empathie ?

Mes collègues, mes équipes ou mes supérieurs montrent de la compréhension et de l'empathie envers mes besoins, mes attentes et/ou contraintes.

## Feedback ?

Je reçois ou je donne des retours constructifs qui m'aident à m'améliorer dans mon travail.

## Épanouissement personnel ?

Mes relations professionnelles contribuent à mon bien-être et à mon développement personnel.

Note tes choix et découvre les réponses ! C'est parti !

**40-50 points** : tes relations professionnelles sont très positives et favorisent un environnement sain et productif.

**30-39 points** : tes relations sont globalement bonnes, mais il y a des aspects à améliorer.

**20-29 points** : tes relations sont moyennes, avec des tensions ou des lacunes à résoudre.

**10-19 points** : tes relations professionnelles sont problématiques et nécessitent une attention urgente.

