

# TEST

## QUELLES SONT VOS VALEURS ?

Vos valeurs donnent une direction et un sens à votre vie, car elles représentent ce qui compte le plus à vos yeux. Dans le tumulte du quotidien, il arrive que l'on perde de vue ces "balises" et que l'on finisse par se perdre soi-même. Quelles sont les vôtres ?

Texte : Marloes Blom // Illustration : Anne van den Berg

**V**ous trouverez ci-dessous la description de plusieurs profils. Indiquez pour chacun d'entre eux dans quelle mesure la personne décrite vous ressemble ou non.

**Attention :** ce test est décliné en deux versions, une pour les femmes et une autre pour les hommes. Il est volontairement rédigé à la troisième personne pour obtenir une mesure plus fiable.

### Test pour les femmes

- |   | <i>Cette personne...<br/>me ressemble tout à fait</i> | <i>me ressemble beaucoup</i> | <i>me ressemble un petit peu</i> | <i>me ressemble</i>      | <i>ne me ressemble pas</i> | <i>ne me ressemble pas du tout</i> |
|---|---|------------------------------|----------------------------------|--------------------------|----------------------------|------------------------------------|
| 1 Penser à de nouvelles idées et être créatif est important pour elle.<br>Elle aime faire les choses à sa façon, de manière originale.                              | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 2 Il est important pour elle d'être riche. Elle veut avoir beaucoup d'argent et posséder des choses chères.   | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 3 Elle pense que c'est important que tout individu sur terre soit traité de manière égale. Elle croit que tous doivent avoir des chances égales dans la vie.        | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 4 Il est important pour elle de montrer de quoi elle est capable.<br>Elle veut que les gens admirent ce qu'elle fait.   | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 5 Vivre dans un environnement sécurisant est important pour elle.<br>Elle évite tout ce qui peut mettre en danger sa sécurité.                                      | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 6 Elle aime les surprises et recherche toujours de nouvelles choses à faire.<br>Elle pense qu'il est important de faire beaucoup de choses différentes dans la vie. | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 7 Elle pense que les gens devraient faire ce qu'on leur dit et toujours suivre les règles établies, même si personne ne les surveille.                              | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |

- |   | <i>Cette personne...<br/>me ressemble tout à fait</i> | <i>me ressemble beaucoup</i> | <i>me ressemble un petit peu</i> | <i>me ressemble</i>      | <i>ne me ressemble pas</i> | <i>ne me ressemble pas du tout</i> |
|---|---|------------------------------|----------------------------------|--------------------------|----------------------------|------------------------------------|
| 8 Il est important pour elle d'écouter les gens qui sont différents d'elle.<br>Même quand elle n'est pas d'accord avec eux, elle tient cependant à les comprendre.      | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 9 Être humble et modeste est important pour elle.<br>Elle essaie de ne pas attirer l'attention sur elle.  | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 10 Avoir du bon temps est important pour elle.<br>Elle aime se faire plaisir.   | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 11 Il est important pour elle de prendre ses propres décisions sur ce qu'elle fait.<br>Elle aime être libre et ne pas dépendre des autres.                              | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 12 C'est très important pour elle d'aider les gens autour d'elle.<br>Elle désire prendre soin de leur bien-être.  | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 13 Avoir du succès est important pour elle.<br>Elle espère que les gens reconnaîtront ses réussites.  | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 14 Il est important pour elle que le gouvernement garantisse sa sécurité face<br>à tous les dangers. Elle veut que l'Etat soit fort de manière à défendre les citoyens. | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 15 Elle recherche l'aventure et aime prendre des risques.<br>Elle désire mener une vie trépidante.  | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 16 Se comporter toujours correctement est important pour elle.<br>Elle veut éviter de faire quoi que ce soit que les gens puissent trouver mal.                         | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 17 Il est important pour elle d'être respectée par les autres.<br>Elle veut que les autres fassent ce qu'elle leur dit.   | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 18 Être fidèle à ses amis est important pour elle.<br>Elle veut se dévouer pour les personnes proches d'elle.   | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 19 Elle pense vraiment que les gens doivent se soucier de la nature.<br>Se préoccuper de l'environnement est important pour elle.                                       | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 20 Les traditions sont importantes pour elle.<br>Elle essaie de suivre les coutumes transmises par la religion et la famille.   | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 21 Elle recherche chaque opportunité de s'amuser.<br>C'est important pour elle de faire des choses qui lui donnent du plaisir.  | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |

### Test pour les hommes

- |   |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1 Penser à de nouvelles idées et être créatif est important pour lui.<br>Il aime faire les choses à sa façon, de manière originale.                         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2 Il est important pour lui d'être riche.<br>Il veut avoir beaucoup d'argent et posséder des choses chères.   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3 Il pense que c'est important que tout individu sur terre soit traité de manière égale.<br>Il croit que tous doivent avoir des chances égales dans la vie. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4 Il est important pour lui de montrer de quoi il est capable.<br>Il veut que les gens admirent ce qu'il fait.  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5 Vivre dans un environnement sécurisant est important pour lui.<br>Il évite tout ce qui peut mettre en danger sa sécurité.                                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

# TEST

- |   | <i>Cette personne...<br/>me ressemble tout à fait</i> | <i>me ressemble beaucoup</i> | <i>me ressemble un petit peu</i> | <i>me ressemble</i>      | <i>ne me ressemble pas</i> | <i>ne me ressemble pas du tout</i> |
|---|---|------------------------------|----------------------------------|--------------------------|----------------------------|------------------------------------|
| 6 Il aime les surprises et recherche toujours de nouvelles choses à faire.<br>Il pense qu'il est important de faire beaucoup de choses différentes dans la vie.   | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 7 Il pense que les gens devraient faire ce qu'on leur dit et toujours suivre les règles établies, même si personne ne les surveille.                              | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 8 Il est important pour lui d'écouter les gens qui sont différents de lui.<br>Même quand il n'est pas d'accord avec eux, il tient cependant à les comprendre.     | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 9 Être humble et modeste est important pour lui.<br>Il essaie de ne pas attirer l'attention sur lui.  | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 10 Avoir du bon temps est important pour lui.<br>Il aime se faire plaisir.  | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 11 Il est important pour lui de prendre ses propres décisions sur ce qu'il fait.<br>Il aime être libre et ne pas dépendre des autres.                             | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 12 C'est très important pour lui d'aider les gens autour de lui.<br>Il désire prendre soin de leur bien-être.   | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 13 Avoir du succès est important pour lui.<br>Il espère que les gens reconnaîtront ses réussites.   | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 14 Il est important pour lui que le gouvernement garantisse sa sécurité face à tous les dangers. Il veut que l'État soit fort de manière à défendre les citoyens. | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 15 Il recherche l'aventure et aime prendre des risques.<br>Il désire mener une vie trépidante.  | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 16 Se comporter toujours correctement est important pour lui.<br>Il veut éviter de faire quoi que ce soit que les gens puissent trouver mal.                      | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 17 Il est important pour lui d'être respecté par les autres.<br>Il veut que les autres fassent ce qu'il leur dit.   | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 18 Être fidèle à ses amis est important pour lui.<br>Il veut se dévouer pour les personnes proches de lui.  | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 19 Il pense vraiment que les gens doivent se soucier de la nature.<br>Se préoccuper de l'environnement est important pour lui.                                    | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 20 Les traditions sont importantes pour lui.<br>Il essaie de suivre les coutumes transmises par la religion et la famille.  | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |
| 21 Il recherche chaque opportunité de s'amuser.<br>C'est important pour lui de faire des choses qui lui donnent du plaisir.                                       | <input type="checkbox"/>                              | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>           |

# RÉSULTATS

Pour chaque valeur, additionnez les points correspondant aux affirmations citées entre parenthèses et divisez le total par deux.

**Attention :** pour la valeur "universalisme", divisez par trois.

› **Autonomie**

(1 + 11) : 2

Score :

› **Pouvoir**

(2 + 17) : 2

Score :

› **Universalisme**

(3 + 8 + 19) : 3

Score :

› **Réussite**

(4 + 13) : 2

Score :

› **Sécurité**

(5 + 14) : 2

Score :

› **Stimulation**

(6 + 15) : 2

Score :

› **Conformité**

(7 + 16) : 2

Score :

› **Tradition**

(9 + 20) : 2

Score :

› **Hédonisme**

(10 + 21) : 2

Score :

› **Bienveillance**

(12 + 18) : 2

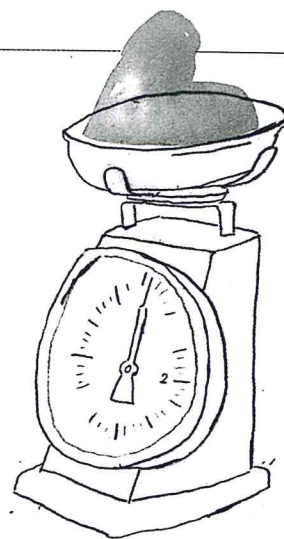
Score :

## › VOTRE ÉCHELLE DE VALEURS

Notre comportement est dicté par dix valeurs universelles : autonomie, pouvoir, universalisme, réussite, sécurité, stimulation, conformité, tradition, hédonisme et bienveillance. Elles ont été identifiées par Shalom Schwartz, professeur émérite de psychologie à l'université hébraïque de Jérusalem, au terme d'une étude menée auprès de plusieurs milliers de personnes à travers le monde. Nous différons par la mesure dans laquelle ces convictions guident nos vies. Classez vos valeurs personnelles par ordre d'importance (en commençant par le score le plus élevé). **Vous trouverez à la page suivante le descriptif des scores.**

### Mes valeurs personnelles :

- 1 \_\_\_\_\_
- 2 \_\_\_\_\_
- 3 \_\_\_\_\_
- 4 \_\_\_\_\_
- 5 \_\_\_\_\_
- 6 \_\_\_\_\_
- 7 \_\_\_\_\_
- 8 \_\_\_\_\_
- 9 \_\_\_\_\_
- 10 \_\_\_\_\_



# EXPLICATION

## **AUTONOMIE**

Vous estimez important de pouvoir vous faire vos propres idées et décidez de vos faits et gestes, de préférence seul. Vous êtes de nature créative et curieuse et aimez explorer les différentes facettes de votre personnalité ainsi que le monde qui vous entoure.

## **POUVOIR**

Vous privilégiez votre intérêt personnel en essayant d'influencer tout ce qui se passe autour de vous, tant au niveau matériel qu'au niveau humain. Vous aimez imposer votre volonté aux autres et n'hésitez pas à prendre des risques financiers pour influencer le cours des choses.

## **UNIVERSALISME**

Pour vous, il est important d'être tolérant et ouvert d'esprit, vous tenez à ce que chacun ait les mêmes chances et n'hésitez pas à défendre les plus faibles. La planète vous tient particulièrement à cœur : la protection de la nature et de l'environnement est une de vos priorités.

## **RÉUSSITE**

Vous aimez donner à voir vos capacités et impressionner les gens.

## **SÉCURITÉ**

Vous trouvez important de vivre dans un environnement sûr et stable, dans un pays où la sécurité des citoyens est une priorité.

## **STIMULATION**

Vous aimez le changement et la nouveauté, et êtes toujours en quête d'aventure.

DEMANDEZ-VOUS SI CERTAINES  
DE VOS VALEURS NE SONT PAS  
*en contradiction les unes  
avec les autres.*



## **CONFORMITÉ**

Vous estimez que vous devez vous contrôler et évitez toute action susceptible d'être considérée comme déplacée par les autres. Vous attendez également des autres qu'ils respectent les règles.

## **TRADITION**

Vous tenez à faire preuve de respect et de loyauté envers les habitudes et idéaux de votre culture ou croyance.

## **HÉDONISME**

Vous aimez vous faire du bien et trouvez important de profiter des plaisirs de la vie. Votre priorité : ravir vos sens de la manière la plus agréable possible.

## **BIENVEILLANCE**

Vous trouvez important que les gens qui vous tiennent à cœur aillent bien. Vous faites tout pour être là dès que nécessaire. Vous êtes loyal envers vos amis.

## Conseil de l'expert



**Shalom Schwartz est expert de l'étude des valeurs et professeur émérite de psychologie à l'université hébraïque de Jérusalem.**

**Vivre selon ses valeurs demande un réel effort.** Nombreux sont ceux qui n'en tiennent pas compte. Emportés

par le quotidien, nous sommes souvent contraints d'agir tellement vite que nous n'avons ni le temps ni l'énergie de nous demander si nos actions sont compatibles avec nos valeurs. Néanmoins, pour les grandes décisions de la vie, qui demandent souvent un délai de réflexion plus long, il est possible d'apprendre à vivre davantage en accord avec ses valeurs personnelles.

**Pensez avant toute chose aux conséquences de votre décision.** Si la bienveillance est pour vous une valeur importante, demandez-vous, avant d'accepter le premier travail venu, s'il vous laissera assez de temps pour vos proches. Vérifiez également si vos valeurs ne se contredisent pas entre elles. Si vous souhaitez à la fois être performant et présent pour votre entourage, demandez-vous d'abord laquelle de ces deux valeurs prédomine, et cernez ensuite les adaptations que cela requiert dans votre vie.

**Un autre moyen de vivre plus en accord avec vos valeurs** consiste à vous pencher davantage sur les actions concrètes pouvant les exprimer. Les valeurs sont des termes abstraits qui demandent à être mis en pratique ; en les visualisant sous forme d'actions précises, vous serez plus enclin à les réaliser vraiment.

**Imaginons que vous ayez obtenu un score élevé à la valeur universalisme.** Pensez à ce que vous pourriez faire pour la planète et pour l'humanité. Vous pouvez par exemple collecter des vêtements pour les pauvres et les réfugiés, mais aussi installer une ruche dans votre jardin et proposer à votre voisin en fauteuil roulant d'aller vous promener avec lui.

Il s'agit d'une version abrégée du *Portrait Values Questionnaire* (PVQ), soumis tous les deux ans dans le cadre de l'Enquête Sociale Européenne (European Social Survey : ESS). Tous deux sont développés par Shalom Schwartz, professeur émérite de psychologie à l'université hébraïque de Jérusalem.

© Shalom Schwartz – toute reproduction interdite.

© Traduction française :

[www.unige.ch/ses/sococ/mess/m2/valeurs.ess.pdf](http://www.unige.ch/ses/sococ/mess/m2/valeurs.ess.pdf)

## LES DIX VALEURS UNIVERSELLES

L'une des sources principales de nos comportements est notre système de valeurs.

Nous serons moins accueillants vis-à-vis d'immigrés d'ethnies différentes si nous sommes plus sensibles à la *sécurité*, la *tradition* et la *conformité* et plus favorables à les recevoir si nous valorisons plus l'*autonomie*, la *stimulation* et l'*hédonisme*.

La coopération est plus forte pour ceux qui donnent de l'importance à la *bienveillance* que pour ceux qui rêvent de *pouvoir*. La *réussite* est une valeur plus centrale pour des entrepreneurs alors que l'*universalisme* ralliera mieux des activistes politiques.

Le psychologue social Shalom Schwartz a développé une théorie selon laquelle les dix valeurs qui viennent d'être citées peuvent rendre compte de l'organisation des valeurs dans toutes les cultures du monde. Ces valeurs s'ordonnent entre elles selon deux axes principaux : d'une part l'*ouverture au changement* (comprenant l'*autonomie*) qui s'oppose à la *continuité* (représentée par exemple par la *tradition*) et d'autre part le *dépassement de soi* (en particulier la *bienveillance*) qui est en opposition avec l' (par exemple la *réussite*). Les valeurs aident à faire face aux défis de la vie. Par exemple, l'appel à la *conformité*, la *tradition*, la *sécurité* et le *pouvoir* permettent de gérer une forte anxiété liée à une sensibilité à l'*incertitude*. On observe pour les sociétés un consensus sur la hiérarchie des valeurs. La *bienveillance* est généralement citée comme la plus importante. Pour chaque individu, l'organisation des valeurs reste spécifique. Elle dépend en particulier de l'âge, de l'éducation, du sexe et du revenu. Mieux identifier ses valeurs permet de repérer sa manière habituelle de réagir dans le monde et dans les interactions sociales. Schwartz a mis au point plusieurs échelles permettant de mesurer ses valeurs, dont le PVQ (*Portrait Values Questionnaire*). Ces échelles aident à prédire des comportements comme la compétition, l'attitude vis-à-vis de l'environnement, le niveau de bonheur, les comportements sexuels, le choix d'un métier ou la pratique d'un sport.

Thierry Nadisic