



findyourneurotype

RAPPORT EXEMPLE

RAPPORT PREMIUM

Dépistage de la Dyspraxie / TDC

Rapport de Dépistage Neurodéveloppemental

PRÉPARÉ POUR

Carlos García

Date du rapport : janvier 27, 2026



Table des matières

Cliquez sur une section pour y accéder directement.

01	Aperçu et score	Page 3
02	Répartition par catégorie	Page 3
03	Vos réponses	Page 3
04	Interprétation IA par Claude	Page 5
05	Recommandations	Page 6
06	Avis Important	Page 6



Dépistage de la Dyspraxie / TDC

Rapport de Dépistage Neurodéveloppemental

38

/ 45

Score

84%

Pourcentage

Indicateurs élevés de TDC/Dyspraxie

Résultat

Vos réponses suggèrent des difficultés significatives de coordination motrice et de planification compatibles avec le TDC/dyspraxie.

Répartition par catégorie

Catégorie	Distribution	Pts
Motor coordination		20
Balance		9
Manual dexterity		9

Vos réponses

Chaque réponse a contribué à votre score.

#	Question	Votre réponse	Pts
1	Je me cogne dans des choses ou des personnes plus souvent que les autres Motor	Souvent	2
2	J'ai des difficultés avec les tâches nécessitant une coordination précise main-oeil (ex : attraper une balle, enfiler une aiguille)	Souvent	2



#	Question	Votre réponse	Pts
	Motor		
3	Mon écriture est difficile à lire pour les autres ou a toujours été désordonnée Motor	Souvent	2
4	J'ai du mal à apprendre de nouvelles compétences physiques (sports, danse, exercices de gym) Motor	Souvent	2
5	Je trébuche ou bute fréquemment, même sur des surfaces planes Motor	Souvent	2
6	J'ai du mal à planifier des séquences d'actions (ex : suivre une recette, assembler des meubles) Planning	Souvent	2
7	J'ai du mal à démarrer les tâches même quand je sais ce qui doit être fait Planning	Souvent	2
8	J'ai du mal à faire deux choses à la fois impliquant des mouvements (ex : parler et marcher en même temps) Planning	Souvent	2
9	J'ai du mal à estimer combien de temps prendront les tâches Planning	Souvent	2
10	J'ai du mal à organiser mes pensées ou mes affaires de manière systématique Planning	Souvent	2
11	J'ai du mal à lacer mes chaussures, boutonner, ou d'autres tâches de motricité fine ADL	Souvent	2
12	Cuisiner, utiliser des outils ou effectuer des tâches manuelles me prend beaucoup plus de temps que prévu	Souvent	2



#	Question	Votre réponse	Pts
	ADL		
1 3	J'ai toujours eu du mal avec les sports ou l'éducation physique à l'école ADL	Souvent	2
1 4	Je renverse souvent des boissons ou fais tomber des choses en mal jugeant les distances ou la prise en main ADL	Souvent	2
1 5	M'habiller me prend plus de temps qu'à la plupart des gens, ou je mets souvent les vêtements à l'envers ADL	Souvent	2
1 6	J'ai du mal à juger les distances ou les relations spatiales (ex : garer une voiture, faire tenir des objets dans un espace) Spatial	Souvent	2
17	Je me perds souvent ou j'ai du mal à suivre des directions même dans des endroits familiers Spatial	Souvent	2
1 8	Lire des cartes ou comprendre des diagrammes est très difficile pour moi Spatial	Souvent	2
1 9	J'ai du mal à copier ce que je vois (ex : dessiner d'après un modèle, écrire depuis le tableau) Spatial	Souvent	2
2 0	Ces difficultés motrices ou de coordination ont eu un impact significatif sur ma vie quotidienne ou ma carrière Spatial	Souvent	2



Interprétation IA par Claude (Anthropic)

claude-sonnet-4-20250514



Merci d'avoir pris le temps de compléter ce dépistage. Se pencher sur ses propres expériences de coordination motrice, d'équilibre et de dextérité manuelle demande de la curiosité et du courage, et le fait d'arriver jusqu'ici témoigne déjà d'une belle démarche d'auto-connaissance. Beaucoup de personnes traversent la vie en ressentant que certains gestes du quotidien leur demandent plus d'effort qu'aux autres, sans jamais mettre de mots dessus. Si vos résultats résonnent avec votre vécu, sachez que vous n'êtes pas seul-e, et que ce ressenti est parfaitement légitime.

Votre score, 38 sur 45, soit environ 84%, indique des indicateurs élevés associés au Trouble Développemental de la Coordination (TDC), parfois appelé dyspraxie. Concrètement, cela signifie que les réponses que vous avez données suggèrent des défis notables dans la coordination motrice globale (20 points), l'équilibre (9 points) et la dextérité manuelle fine (9 points). Ces trois dimensions touchent des aspects très concrets de la vie quotidienne : écrire, boutonner un vêtement, se déplacer avec assurance, ou encore manipuler de petits objets. Un score élevé ne définit pas qui vous êtes, mais il met en lumière des schémas qui méritent d'être mieux compris et accompagnés.

En attendant une évaluation approfondie, plusieurs pistes peuvent déjà vous soutenir. Adopter des outils adaptatifs simples, comme des stylos ergonomiques, des applications de dictée vocale ou des routines visuelles pour les tâches complexes, peut alléger la charge cognitive et physique au quotidien. Pratiquer des activités qui renforcent la proprioception et l'équilibre de façon douce et ludique, comme le yoga, la natation ou le tai-chi, peut aussi apporter des bénéfices progressifs. Enfin, se donner la permission de ralentir et de décomposer les tâches motrices complexes en petites étapes peut réduire la frustration et renforcer la confiance en soi.

Il est essentiel de rappeler que cet outil est un dépistage, et non un diagnostic clinique. Seul un professionnel qualifié, tel qu'un ergothérapeute, un neuropsychologue ou un médecin spécialisé, pourra poser un regard précis sur votre situation et vous orienter vers un accompagnement adapté. Consulter n'est pas un aveu de difficulté, mais un pas vers plus de clarté et de soutien. Avec les bonnes ressources, il est tout à fait possible de développer des stratégies efficaces et de s'épanouir pleinement.

Recommandations

Envisagez une évaluation par un ergothérapeute spécialisé en TDC. Les adultes atteints de TDC bénéficient souvent de stratégies pratiques et d'outils adaptés.



Avis Important

Ce rapport est uniquement un outil de dépistage et ne constitue pas un diagnostic médical ou psychologique.

Ce test ne remplace pas une évaluation professionnelle. Pour un diagnostic fiable, consultez un neuropsychologue, un psychiatre ou un professionnel de santé qualifié.