



findyourneurotype

RAPPORT EXEMPLE

RAPPORT PREMIUM

Dépistage de la Dépression (PHQ-9)

Rapport de Dépistage Neurodéveloppemental

PRÉPARÉ POUR

Ana Santos

Date du rapport : février 25, 2026



Table des matières

Cliquez sur une section pour y accéder directement.

01	Aperçu et score	Page 3
02	Vos réponses	Page 3
03	Interprétation IA par Claude	Page 4
04	Recommandations	Page 5
05	Avis Important	Page 5



Dépistage de la Dépression (PHQ-9)

Rapport de Dépistage Neurodéveloppemental

17

/ 27

Score

63%

Pourcentage

Dépression modérément sévère

Résultat

Vos réponses indiquent une dépression modérément sévère. Cherchez un soutien professionnel bientôt.

Vos réponses

Chaque réponse a contribué à votre score.

#	Question	Votre réponse	Pts
1	Peu d'intérêt ou de plaisir à faire les choses Mood	Plusieurs jours	1
2	Se sentir déprimé(e), triste ou sans espoir Mood	Plusieurs jours	1
3	Difficultés à s'endormir, à rester endormi(e) ou dormir trop Sleep	Plusieurs jours	1
4	Se sentir fatigué(e) ou avoir peu d'énergie Energy	Plusieurs jours	1
5	Perte d'appétit ou manger trop Appetite	Plusieurs jours	1
6	Se sentir mal dans sa peau, ou penser que vous êtes un(e) raté(e) ou que vous avez déçu votre famille Self-esteem	Plusieurs jours	1



#	Question	Votre réponse	Pts
7	Difficultés à se concentrer sur des choses, comme lire ou regarder la télévision Concentration	Plus de la moitié du temps	2
8	Bouger ou parler si lentement que les gens auraient pu le remarquer - ou le contraire, être si agité(e) que vous bougez beaucoup plus que d'habitude Psychomotor	Plusieurs jours	1
9	Pensées que vous seriez mieux mort(e) ou que vous devriez vous faire du mal Suicidality	Plusieurs jours	1

**Interprétation IA par Claude (Anthropic)**

claude-sonnet-4-20250514

Merci d'avoir pris le temps de compléter ce questionnaire PHQ-9, une démarche qui demande du courage et une réelle envie de mieux comprendre ce que vous traversez en ce moment. Votre résultat de 17 sur 27 reflète une période où vous semblez porter un poids important, et il est essentiel de rappeler que ce que vous ressentez est bien réel et mérite d'être pris au sérieux. Beaucoup de personnes traversent des phases similaires sans oser en parler, et le simple fait de vous être arrêté pour évaluer votre état montre une forme de conscience et de soin envers vous-même qui est précieuse.

Ce score suggère que vous vivez actuellement des symptômes correspondant à ce que l'on appelle, dans le langage des outils de dépistage, une intensité « modérément sévère ». Concrètement, cela peut se traduire par une fatigue persistante, des difficultés de concentration, une perte d'intérêt pour des activités qui vous plaisaient auparavant, ou encore un sentiment de tristesse qui semble s'installer dans la durée. Il est important de souligner que ce chiffre n'est ni une étiquette ni un verdict : il s'agit d'un instantané, une photographie de votre vécu à ce moment précis, qui peut évoluer avec le temps et le bon accompagnement.

Face à cela, plusieurs pistes simples peuvent apporter un soutien concret dans votre quotidien. Essayer de maintenir une routine, même minimale, autour du sommeil et des repas peut aider à stabiliser votre énergie. Parler à une personne de confiance, un proche ou un ami, permet souvent d'alléger le sentiment d'isolement qui accompagne ces périodes. Enfin, s'accorder de petits moments de mouvement, comme une courte marche à l'extérieur, peut avoir un effet apaisant sur l'humeur, même lorsque la motivation semble absente.



Je vous encourage vivement à partager ces résultats avec un professionnel de santé qualifié, comme un médecin ou un psychologue, qui pourra vous offrir une évaluation approfondie et un accompagnement adapté à votre situation. Ce test est un outil de dépistage, non un diagnostic clinique, et il existe des solutions efficaces et un vrai espoir d'aller mieux. Vous n'êtes pas seul dans cette traversée, et demander de l'aide est un pas courageux vers le mieux-être.

Recommandations

Contactez un professionnel de santé mentale rapidement. Des traitements efficaces sont disponibles.

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.