

Camouflage Autiste (CAT-Q)

Rapport de Dépistage Neurodéveloppemental

87

/ 175

Score

50%

Pourcentage

Camouflage faible

Résultat

Vos réponses suggèrent de faibles niveaux de camouflage autistique. Vous semblez relativement à l'aise pour vous exprimer authentiquement dans des contextes sociaux.

Vos réponses

Chaque réponse a contribué à votre score.

#	Question	Votre réponse	Pts
1	J'ai développé un script à suivre dans les situations sociales Compensation	Ni d'accord ni en désaccord	3
2	J'ai appris quels comportements on attendait de moi en situations sociales en observant les autres Compensation	Légèrement en désaccord	2
3	Je surveille mon langage corporel ou mes expressions faciales pour m'assurer qu'ils correspondent à ce qui est attendu Compensation	Légèrement en désaccord	2
4	J'ai pratiqué mes expressions faciales et mon langage corporel pour paraître plus naturel(le) Compensation	Ni d'accord ni en désaccord	3
5	Je dois consciemment planifier les sujets à aborder dans les conversations Compensation	Légèrement en désaccord	2
6	J'apprends les compétences sociales en étudiant les personnages de fiction (livres, télévision, films)	Légèrement en désaccord	2

#	Question	Votre réponse	Pts
	<p>Compensation</p>		
7	<p>Je m'appuie sur certaines phrases ou sujets comme solution de secours quand je ne sais pas quoi dire</p> <p>Compensation</p>	Ni d'accord ni en désaccord	3
8	<p>Dans les situations sociales, j'essaie de trouver les règles afin de pouvoir les suivre</p> <p>Compensation</p>	Ni d'accord ni en désaccord	3
9	<p>J'adapte mon comportement en fonction de la situation sociale dans laquelle je me trouve pour m'intégrer</p> <p>Compensation</p>	Légèrement en désaccord	2
10	<p>J'essaie d'agir comme je pense que les gens s'attendent à ce que j'agisse</p> <p>Assimilation</p>	Ni d'accord ni en désaccord	3
11	<p>J'agis différemment selon les situations sociales pour m'adapter au groupe avec lequel je suis</p> <p>Assimilation</p>	Légèrement en désaccord	2
12	<p>J'observe les autres pour identifier les règles sociales dans différentes situations</p> <p>Assimilation</p>	Légèrement en désaccord	2
13	<p>Je peux parler en profondeur de mes intérêts mais je sais que je dois faire attention à ne pas ennuyer les autres</p> <p>Assimilation</p>	Ni d'accord ni en désaccord	3
14	<p>Je copie le comportement et les manières des autres pour m'intégrer</p> <p>Assimilation</p>	Légèrement en désaccord	2
15	<p>Je lis des livres ou regarde des vidéos sur les situations sociales pour apprendre comment me comporter</p> <p>Assimilation</p>	Ni d'accord ni en désaccord	3
16	<p>Je travaille dur pour m'assurer que mes opinions et intérêts sont perçus comme normaux</p>	Légèrement en désaccord	2

#	Question	Votre réponse	Pts
	<p>Assimilation</p>		
17	<p>Je réfléchis à ce que je vais dire dans les situations sociales en pensant à ce que l'autre personne pourrait penser</p> <p>Assimilation</p>	Ni d'accord ni en désaccord	3
18	<p>Je cache mes habitudes inhabituelles pour éviter d'être perçu(e) comme bizarre</p> <p>Masking</p>	Légèrement en désaccord	2
19	<p>Je m'assure toujours de regarder les gens dans les yeux, même si cela m'est inconfortable</p> <p>Masking</p>	Ni d'accord ni en désaccord	3
20	<p>Je me force à avoir un contact physique (ex : poignées de main) même si je le trouve inconfortable</p> <p>Masking</p>	Ni d'accord ni en désaccord	3
21	<p>Je contrôle mes mouvements physiques ou mes vocalisations pour paraître 'normal(e)' en public</p> <p>Masking</p>	Ni d'accord ni en désaccord	3
22	<p>Je fais semblant d'être plus intéressé(e) par les sujets que les autres veulent aborder que je ne le suis réellement</p> <p>Masking</p>	Légèrement en désaccord	2
23	<p>Je ne révèle pas de détails personnels sur moi-même car je ne veux pas paraître 'différent(e)'</p> <p>Masking</p>	Légèrement en désaccord	2
24	<p>Je supprime certains comportements (ex : mouvements répétitifs) en public pour éviter de me démarquer</p> <p>Masking</p>	Ni d'accord ni en désaccord	3
25	<p>Je dépense beaucoup d'énergie mentale à gérer la façon dont j'apparais aux autres dans les situations sociales</p> <p>Masking</p>	Ni d'accord ni en désaccord	3



Interprétation IA par Claude (Anthropic)

claude-sonnet-4-20250514

Ceci est un aperçu du rapport narratif propulsé par IA que vous recevez après avoir complété le dépistage CATQ. Le rapport complet est généré par Claude IA à partir de votre profil de réponses sur chaque item, produisant une interprétation personnalisée qui dépasse largement le score brut.

Votre score d'exemple se situe au milieu de la distribution, ce qui signifie qu'environ la moitié des répondants obtiennent un score plus élevé et l'autre moitié un score plus bas. C'est une bonne base pour interpréter les seuils cliniques : un score dans cette zone n'est ni minimal ni cliniquement élevé, et la signification dépend fortement du contexte.

Dans un vrai rapport, cette section mettrait en avant les deux ou trois items que vous avez le plus fortement endossés et expliquerait leur pertinence clinique. Elle préciserait le seuil validé pour cet instrument, comparerait votre profil au groupe de référence et discuterait les raisons les plus fréquentes d'obtenir un score à votre niveau.

Des recommandations pratiques suivent : ajustements de mode de vie appuyés par la recherche, quand envisager une évaluation professionnelle et quel spécialiste consulter. Le rapport indique aussi la référence publiée de l'instrument pour que vous ou votre clinicien puissiez vérifier la méthodologie.

Ce dépistage n'est pas un diagnostic. C'est un point de départ structuré pour une conversation avec un professionnel qualifié.

Recommandations

Un faible camouflage peut refléter un confort réel dans les situations sociales, ou de plus faibles niveaux de traits autistiques. C'est un résultat sain qui suggère moins besoin de dépenser de l'énergie pour le masquage social.

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.