

Analyse préalable

Profil : Ingrid Fauchille - 4 avril 2024

Parcours professionnel

15 ans, en qualité d'Avocat puis de Responsable juridique en Entreprise avant de devenir Coach Professionnelle Certifiée. Virage 40 ans. Quête de sens et une envie d'accompagner l'humain. Reconversion grande sortie de zone de confort.

Profil de base

Dominance du jaune. Le vert et le bleu sont aussi bien présents. Le rouge est faible

Dominance Jaune : Influence. Bleu : conformité. Vert : Stabilité

Marston Perception de l'environnement / Comportement agissant/Acceptant

Jung : 2 attitudes et 4 fonctions : Pensée/Sentiment – Intuition et Sensation

Les points forts : Toutes les couleurs sont présentes. Dominante jaune

Points de vigilance, tensions, blocages : Tension entre Bleu et Vert ? Tensions ou complémentarités entre jaune et bleu et entre vert et rouge ?

Indicateurs de base

Les indicateurs de pensée et d'émotion sont regroupés. L'indicateur d'action est plus jaune. Le profil est assez équilibré.

Pensée J/V/B : Rationnel/Affectif – Sensation/Intuition

Dans sa prise de décision, Ingrid semble plus du côté affectif que rationnel. N'y a-t-il pas dilemme avec la pensée rationnelle du bleu dans sa prise de décision ? Dans sa prise d'information, Ingrid est orienté intuition.

Pensée jaune : intuitif, prise de décision rapide selon des critères affectifs, recherche de reconnaissance et de plaisir, pensée optimiste, pensée créative et imaginative qui sort du cadre pour trouver des solutions innovantes, (le rouge peut être complémentaire pour aider à mettre en pratique une idée. A tendance à se projeter dans un avenir lointain.

Pensée verte : affectif, concret, prévoyant, prudent, indécis, centré sur les autres. Besoin de sécurité. La pensée est introvertie, cad que la personne herchera la solution en elle-même avant d'aller la demander à l'extérieur. Fortement influencée par les émotions qui peut mettre la personne face a de gros dilemmes. Compromis plutôt que confrontation. Pensée tolérante, celle du médiateur ; pensée orientée exclusivement vers l'autre, au risque de 'oublier soi-même.

Pensée bleue : rationnel, analytique, détails, tacticien, structuré, centré procédures

Pensée rouge : rationnel, synthétique, global, stratège, rapide, centré résultat

Action JBB: Tache/**Relation** – **Rapide** /Paisible

N’y a-t-il pas un dilemme dans la pensée Jaune et bleue ? Le jaune est influencée dans sa pensée par ses émotions alors que le bleu a une pensée rationnelle, très structurée et analytique. D’un côté, Ingrid pense vite et en même temps avec son bleu, elle a besoin de beaucoup de temps pour récolter l’information. Le bleu cherche à avoir une représentation exacte du monde réel alors que le jaune a une pensée plus dans les idées.

Focalisé sur le maintien de la relation (vert) et focalisé sur la qualité du processus (bleu)

Action jaune

Action verte : doux, attentionné, paisible, coopératif, soumis, nonchalant

Action bleue : précis, soigneux, méthodique, organisé, routinier, froid

Emotions J/V/B : Accueil/Évitement – Introverti/Extraverti

Emotion jaune : accueil des émotions, les siennes et celles des autres. Les émotions sont un stimulant. Exprime facilement ses émotions. Perçue comme chaleureuse et sympathique. Attention à l’égotisme. Elle évacue facilement ses émotions mais elle ne les intègre pas et elle ne prend pas le temps de comprendre leur origine. Peut avoir des difficultés à soigner ses blessures émotionnelles et conserver longtemps une forte sensibilité sur les sujets en lien avec ces blessures.

Ressenti vert : Perçoit les émotions comme digne d’intérêt. Centré sur celles des autres, cache les siennes et les rumine. Risques : rancune, forte mélancolie

Ressenti bleu : perçoit ses émotions et celles des autres comme un danger. Veut les contrôler, s’en protéger, en se retirant en lui-même. Risques : froideur, tour d’ivoire

Comment cohabitent les 3 couleurs avec une dominance jaune ?

N’y a-t-il pas dilemme entre le jaune qui accueille les émotions et le bleu qui les évite ?

Profil de phase :

Peu de variation de couleur. Hypothèse qu’Ingrid est alignée dans son pro et son perso.

Le jaune descend un peu, le vert monte et dépasse le bleu. Le rouge monte un peu aussi.

Indicateurs de phase : Les indicateurs sont dispersés. **Il y a du changement ? Des questionnements ?**

L’indicateur de pensée B/J/B. Le vert a disparu et la pensée est beaucoup plus bleue.

Ingrid se focalise plus sur le rationnel et moins sur l’affectif. Elle est davantage orientée sensation qu’intuition. **Qu’est ce qui explique que la pensée devienne plus bleue ?**

Pensée rationnelle, très structurée et analytique. Prend beaucoup de temps pour récolter l’information puis la traiter en pesant et mesurant les différentes options. Citères de décision rationnels avec la volonté de ne pas laisser les émotions influencer son jugement.

Peut avoir des difficultés à sortir du cadre pour trouver des solutions. Manque de créativité mais ça lui permet de trouver des solutions complexes (à la différence du jaune qui cherche des solutions hors cadre mais pas toujours opérationnelles). Souci d’exactitude.

Indicateur d'émotion : V/J/J . Le bleu a disparu. D'abord verte, son émotion est introvertie, reste cachée pour ne pas envahir l'autre. Empathie, capacité à ressentir l'émotion. Excès de prudence essentiellement du a son **besoin de sécurité**

Indicateur d'action : J/B/B. Le bleu est plus présent. action en mode jaune : rythme animé, réactive. Chaleur, gaieté, enthousiasme mais peut être envahissant. Cherche le plaisir.
L'action bleue est calme, agit avec méthode, organisée. Prévoyante, ordonnée, planifie chaque détail. Centré sur la tâche. Recherche de l'excellence et le souci du détail. A besoin d'un cadre précis, d'un périmètre d'action bien défini.

N'y a-t-il pas dilemme entre le jaune et le bleu dans l'action ?

Questions à poser au coaché

1. Pensée et émotions en base tricolore : comment tu gères ça ? Ca demande de l'énergie ? Confort ?
2. Actions en jaune. Comment le bleu réagit ? Tension ou complémentarité ? Explorer les polarités
3. En phase, le bleu est plus présent dans les pensées et dans les actions. Qu'est ce qui explique cela ?
4. Tensions ou complémentarités entre jaune et bleu et entre vert et rouge ?
5. Les indicateurs de phase sont plus dispersés ? Un changement perso ou pro ?

Grille des indicateurs

De base, les indicateurs sont tricolores (sauf pour l'action J/B) , alors qu'en phase, le vert est moins présent.

Dynamique base – Phase

Les émotions deviennent plus jaune => recherche de plaisir ?

Les pensées deviennent plus bleues => Pensée plus complexe, plus rationnelle. Des projets plus concrets ?

Les actions deviennent plus bleues => recherche de l'excellence. Plus de focus sur les tâches ?

Hudson

Passage de la phase de printemps à une phase plus introspective, moins intuitive et plus raisonnée ?
Comment expliquer cela ?

Quel est ton questionnement par rapports à tes futurs changements personnels et professionnels ?
coaching.