

Profil : Delphine PETIT

Analyse préalable

Hypothèse à vérifier

Contexte

Delphine travaille pour Ensemble2 génération. Le réseau ensemble2générations propose des solutions de cohabitation et de logements intergénérationnels solidaires entre jeunes et personnes âgées, avec comme souci primordial, l'accompagnement des personnes dans leurs situations de fragilité.

Le jeune profite d'un logement à coût modéré en échange de son engagement.

Delphine travaille pour cette association depuis 2 ans mais elle éprouve de la lassitude à réaliser ses missions. Elle travaille seule et souffre de cette solitude. Sa responsable, la présidente de l'association n'est pas du tout impliquée dans l'activité quotidienne et n'accompagne pas Delphine dans ses défis professionnels.

Delphine réfléchit à changer de structure et d'activité.

Analyse préalable

Observation des histogrammes de base, de phase puis les indicateurs (page 62)

Ce qui est important ce n'est pas la valeur absolue d'une couleur mais l'ordre des couleurs dans un graphe et les écarts entre les couleurs de ce graphe.

1. *Allure générale des 2 graphes, topographie, les éléments qui sautent aux yeux, les graphes sont montagneux ou vallonnés (profils flexibles)*

Les diagrammes de phase et de base sont quasi identiques. On peut supposer que Delphine ne traverse **pas de changements professionnels actuellement**. Les deux diagrammes sont assez montagneux et mettent en évidence les couleurs jaunes et bleues qui sont plutôt des **couleurs de la relation et de l'affectif**.

Le vert et le jaune sont dominants (pic). Le bleu reste une couleur forte en base mais diminue en phase. Le rouge est faible comparée aux autres couleurs. N'y aurait-il pas un **dilemme lorsqu'il s'agit de décider ou de trancher**. (avec un rouge faible et un vert qui cherche à trop d'harmonie).

En phase, le vert augmente encore alors que le jaune et le bleu diminuent. Une recherche de sens accentuée en phase et moins de rationalité (bleue) en phase ?

Le rouge peu présent en base augmente un peu en phase : signe de mise en mouvement ?

Ce qu'il faut retenir / Hypothèses

- **Pas de changements professionnels actuellement**
- **Est dans la relation et l'affectif**
- **Des difficultés pour décider**
- **Recherche de sens**

- **Le rouge plus présent en phase => signe de changement ?**

Style de base :

2. *Couleur dominante (DISC) (page 18)*

Le vert et le jaune sont dominantes et ce sont ces couleurs que l'on retrouve dans les indicateurs. Le bleu est modérément présent en phase. La fonction Sentiment (Jaune et vert) est dominante par rapport à la fonction Pensée (rouge et bleue)

Le Vert et le jaune dominant peut faire penser à une personne plutôt orientée Sentiment.

Les comportements externes : J et V => Dans la relation.

Les processus internes : la pensée : J et V => Dans l'affectif

Les états internes : les ressentis : J et V => Accueil des émotions

Caractéristiques :

La caractéristique de la stabilité représente la couleur verte : calme, consensuel, stable, méthodique. Tout ce qui lui permettra de contribuer à l'harmonie et à la paix sera le bienvenu. Son acceptation se fait donc dans l'harmonie et la cohérence parce qu'il considère que l'environnement est son allié. C'est donc dans les domaines suivants que le vert Stable peut s'épanouir et être le plus performant : ceux de la relation à autrui, mais contrairement au jaune, en mettant autrui en avant et non lui-même. Le monde du vert dominant est au monde d'harmonie stabilisée.

Facon d'envisager la réalité : **STABILITE = COHERENCE**

La caractéristique de l'influence représente la couleur jaune : relationnel, optimiste, expansif, communicatif. La notion de plaisir est fondamentale. Il communique facilement avec autrui. Le jaune est tourné vers le contact et vers l'action. Il est inventif et dans la résolution de problème. Il a besoin d'interaction avec les gens. Est désordonné. Agit spontanément.

Facon d'envisager la réalité : **INFLUENCE = CONTACT**

3. *Nuancer la dominante en identifiant les tendance (écarts entre les intensités de couleur)*

- *Ecart de chaque point par rapport à la ligne de préférence :* Le vert et le jaune sont très fortement supérieurs au rouge et modérément au bleu.

- *Ecart de chaque couleur par rapport à chacune des autres : Le Vert est très supérieur au rouge. Tension entre les 2 couleurs avec un rouge dominé par le vert. Le Jaune est modérément dominant au Bleu : signe de complémentarité ?*

- - Analyse par paires d'opposées: La fonction Sentiment de la personne sera d'autant plus forte que ses couleurs orientées Sentiment, le Vert et le Jaune seront fortes et que ses couleurs orientées Pensée, le Rouge et le Bleu seront faibles

4. *Style de phase : page 62*

- *Allure générale des graphes.* Le vert déjà dominant en base augmente encore et le rouge (très bas en base) augmente un peu. Le jaune et le bleu baissent.

Le rouge et le vert qui sont des couleurs opposées augmentent alors que jaune et le vert baissent

- Couleur **dominante** (DISC). La couleur associée à la Stabilité est le vert.
 - *Nuancer la dominante en identifiant les tendances.* Les écarts sont importants entre les paires vertes/rouge. Analyse par paires opposées
5. Repérer les **écarts** entre les deux graphiques principaux. Analysez ces écarts en regard de la situation actuelle de la personne.
Hypothèse : Le vert a encore augmenté. La personne recherche davantage de sens dans sa projection professionnelle ? Elle commence 'un peu' à se mettre en action. Le jaune et le vert baissent.

Grille Nuance (page 44)

Base

6. Repérer comment chaque couleur du graphe de base se sont réparties dans les 3 indicateurs de base.
Le vert et le jaune sont répartis dans les 3 indicateurs d'émotion, de pensée et d'action.
7. Mode préférentiel de pensée :
Le jaune correspond aux personnes dont les décisions prennent en compte l'aspect affectif. La personne récolte peu d'informations, seulement celles qui lui semble essentielles, pour prendre des décisions rapides en se fiant à leur intuition.
8. Mode préférentiel d'action :
En vert, le quadrant inférieur correspond aux personnes qui restent focalisées sur le maintien de la relation. Ce qui compte pour elles c'est que la relation puisse durer, inutile de se précipiter : qui va piano va sano. Leur style d'action sera doux et coopératif mais pourra aussi être soumis ou nonchalant
9. Mode préférentiel de gestion des émotions vert :
Tendance à accueillir leurs émotions et qui, introverties, ne veulent surtout pas les imposer à leur entourage. Aura tendance à enfouir ses émotions et à les "ruminer" pouvant ainsi avoir des réactions à retardement qui peuvent surprendre (la rancune par exemple). Ses propres émotions en veilleuse, cette personne a une capacité particulière à se centrer sur l'émotion des autres et à faire preuve d'empathie. Un des risques est que si elle n'y prend garde, 'empathie devienne sympathie, et que la personne "vive" des émotions qui ne lui appartiennent pas. Risque d'excès émotionnels (n'ayant pas l'habitude d'évacuer ses émotions, risque d'explosion des émotions engrangées : tristesses accumulées provoquant une crise de larme que la personne a du mal à expliquer en raison du mélange des émotions, des rancœurs et des frustration inexprimées qui se traduisent par une colère froide mais bien réelles, des peurs accumulées provoquant des crises d'angoisse.

Ce qu'il faut retenir :

Pensée > Affectif > Intuition

Action > Maintien de la relation > Doux et coopératif mais aussi soumis ou nonchalant

Emotions > Empathie > Risque d'excès émotionnel

Phase

10. Les modes préférentiels de pensée, d'action et d'émotion pour la phase ont des couleurs différentes.

Le bleu apparaît dans les pensées et les actions. Les pensées très jaunes composent avec du bleu ; Les émotions restent dans le vert et l'action compose également avec du bleu.

Les comportements externes : l'action : J et V => Dans la relation.

Les processus internes : la pensée : J et V => Dans l'affectif. Le bleu dans la pensée => tendance à orienter ses décisions sur des bases relationnelles et moins d'émotion dans la prise de décision. Se fie à ses intuitions.

Les états internes : les ressentis : J et V => Accueil des émotions

11. Les indicateurs révèlent un mode de fonctionnement, de pensée, d'action et de sentiment vert et jaune. On peut supposer que la personne vit sa situation sans exprimer ses émotions. Elle pense à activer son jaune et son bleu pour avancer. Son action reste verte.

12. Repérez les écarts de chaque indicateur de Phase par rapport à l'indicateur correspondant dans la base.

Émotion : Plus verte en phase. **A tendance à accueillir encore plus les émotions ?**

Pensée : **encore plus jaune et du bleu apparaît. Tournée vers le relationnel mais de manière plus prudente, moins spontanée ?**

Action : **Plus de vert et du bleu apparaît. Un rythme paisible, méthodique et soignée**

Lecture des oppositions de couleur

Analyse par couleurs opposées : le vert atténue le rouge et réciproquement tandis que le bleu atténue le jaune et réciproquement

Analyse par paires d'opposés : La fonction sentiment de la personne sera d'autant plus forte que ses couleurs orientées Sentiment, le Vert et le Jaune seront fortes et que ses couleurs orientées Pensée, le rouge et le bleu seront faibles. La fonction intuition ? Les attitudes Introverties Extraverties ?

Points de tension : le rouge et le bleu sont très peu présents. Du point de vue des émotions, la personne accueille peut-être trop les émotions.

Base : pas de tension apparente. Les indicateurs sont regroupés dans la couleur verte et jaune. La personne donne une priorité à la relation plutôt qu'à la tâche.

Phase :

Ses pensées affectives dans la prise de décision auraient peut-être tendance à évoluer vers plus de rationalité (bleu) Il y a peut-être une tension entre des pensées affectives et une prise d'information intuitive avec des pensées rationnelles dans la prise de décision et avec une prise d'information dans la sensation ?

Dynamique Base / phase :

La situation actuelle (diagramme de Phase) change. Les indicateurs d'émotion et d'action évoluent davantage vers le vert.

La grille des indicateurs :

- Les indicateurs d'action sont focalisées sur le maintien de la relation et la dynamique de la relation (page 78)
- Les indicateurs de ressenti sont focalisées sur des émotions accueillies. La personne en phase perçoit de plus en plus les émotions comme dignes d'intérêt.
- Les indicateurs de pensée sont dans la relation affective. Il peut y avoir des tensions entre un jaune très intuitif et un et plutôt dans la sensation.

La position de l'indicateur de pensée de base est jaune/vert/jaune. Les prises de décision sont donc très influencées par l'affectif. Elle est certainement créative. La fonction "intuition" est préférentielle et la personne a tendance à paraître rêveuse, dans les nuages. La personne travaille dans le monde associatif et elle veille à favoriser des relations harmonieuses entre les personnes. Son bleu apparaît un peu plus dans la phase au niveau de ses pensées.

Dynamique des indicateurs :

Les indicateurs de base sont regroupés dans le jaune et le vert. Les indicateurs de phase sont plus dispersés. L'action et la pensée tend un peu plus vers le bleu, le rationnel.

Les phases d'Hudson

Action, ressenti et pensée dans le profil de base sont regroupés dans la phase d'hiver. Les pensées sont en phase de printemps.

Dans le profil de phase, l'action et les émotions sont en mode "cocooning" alors que les pensées auraient tendance à vouloir explorer de nouvelles choses.

Hypothèse : Exploration de nouveaux projets ? Un nouveau départ en vue ?

Page 102. En phase verte, le vert dominant se sentira plus à l'aise que n'importe quelle autre personne. Habituee à "l'expérience intérieure" et appréciant les moments de repli, de calme et de tranquillité, elle n'aura pas de difficulté à réaliser un travail sur elle en profondeur. Cependant elle n'aura pas moins besoin que les autres de réconfort et d'écoute de la part du coach. Bien au contraire, elle sera en attente de ce soutien qui sera à ses yeux extrêmement précieux. Habituee à rechercher les ressources en elle, le coach pourra inciter une personne Vert Dominant à rechercher des ressources extérieures pour trouver un réconfort affectif auprès de ses proches, parents ou amis. L'habitude de cacher ses sentiments pour ne pas envahir les autres est souvent un frein puissant dans cette phase Vert Dominant et la qualité du lien avec le coaché sera déterminante pour permettre la création d'un espace permettant l'expression de ses sentiments qui seront accueillis avec bienveillance par le coach.

Ayant parfois du mal à se projeter dans l'avenir et n'aimant pas les changements rapides, le Vert Dominant pourra se trouver désorienté durant la phase jaune. Ces difficultés ajoutées à la Prudence du vert dominant auront tendance à faire durer cette phase plus que nécessaire. Le coach devra activer le Jaune du coaché pour l'aider à franchir cette étape.

Débriefing d'un profil

1. Présentation du modèle des couleurs
 - a. Quel type de comportement tu associes à chacune des couleurs
 - b. Préciser les caractéristiques des 4 couleurs en détail, les positives comme les négatives dans leurs différences et dans leurs complémentarités.
 - c. Inviter la personne à examiner son style dans ses relations avec autrui, sa manière de prendre des décisions ou encore dans son rythme de travail.
2. Explication sur la notion de préférences. Toute personne a des 4 couleurs dans sa personnalité et la couleur dominante ne reflète qu'une préférence. Introduire les notions d'introversion – Extraversion et de Pensée – Sentiment en traçant les 2 axes sur une feuille de papier. Inviter alors l'interlocuteur à confirmer ou nuancer son choix précédent en se situant selon ces deux axes. Recommencer avec l'axe Sensation – Intuition.
3. Les styles de base et de phase
4. La grille des couleurs. Expliquer la construction de la grille et montrer le positionnement des deux graphes.
5. Les indicateurs Nuances. Expliquer l'indicateur de computation et chacun des 3 indicateurs associés. Ce que les indicateurs Nuances cherchent à montrer c'est comment on utilise les couleurs.
6. Les commentaires
7. Clôture

Poser 6 fois la même question et il y aura la question de clôture

- A l'issue de cet échange, quelle est la première chose que vous savez là maintenant ?
- Quelle est la deuxième chose que vous savez à l'issue de cet entretien ?
- Et la troisième chose ?
- La quatrième ?
- La cinquième chose ?
- Et la sixième

Clôture : je vous laisse le temps de relire les 6 réponses. Qu'est ce que cela change pour vous de savoir ? L'entretien est terminé.

Le modèle Nuances = Synthèse Jung + Marston

- Jung : 2 types d'attitude (introversion et extraversion) et 4 fonctions (pensée, intuition, sentiment et sensation) => 8 types de personnalité

Prise de décision (pensée, sentiment)

Comment nous appréhendons le monde, comment nous récoltons l'information (Intuition, Sensation)

2 attitudes(introversion/extraversion)

- Marston : théorie du DISC fondée sur 4 comportements (actif/passif et perception favorable/défavorable de l'environnement) : Dominance, Influence, Stabilité, Conformité
- Index de computation de la PNL : Modélise notre fonctionnement. Chaque partie de cet Index de computation est en interaction avec les autres et forment un tout cohérent et s'interfluencent. Ainsi nous pouvons explorer et modifier une partie, cela aura une incidence sur les autres.

Nos pensées, notre intellect qui raisonne influence notre comportement et nos émotions

Nos émotions : notre partie affective qui ressent et influence nos comportements et nos pensées

Nos comportements : ece que nous faisons et comment nous le faisons. Lui aussi influence nos émotions et nos pensées.

- ACTION :

- Comportement externe : priorité Tache/Relation et rythme général de l'action : rapide/paisible

- PENSEE : Les processus internes : la pensée : prise de décision Rationnel / Affectif et prise d'information s (Sensation /Intuition)

- RESENTIS : Les états internes : les ressentis. Evitement/Accueil des émotions et Orientations Introverti/extraverti