

METHODE S.O.S.

INTER
IEUR
CORPS

émotions
BIOLOGIQUE

PERSONNEL



PROFESSIONNEL

actions
PRAGMATIQUE

MENTAL
EXTER
IEUR

CONDUITES PERSONNELLES
& PROFESSIONNELLES

LIRE ET COMPRENDRE LES COMPORTEMENTS

La méthode donne à voir **4 façons** de se comporter et/ou de se positionner vis-à-vis du monde, des autres et de soi.

A la manière d'un conducteur automobile dont le champ de vision est plus ou moins élargi, la progression des 4 niveaux conditionne les réponses construites par la personne face aux événements, vis-à-vis d'elle-même et des autres.



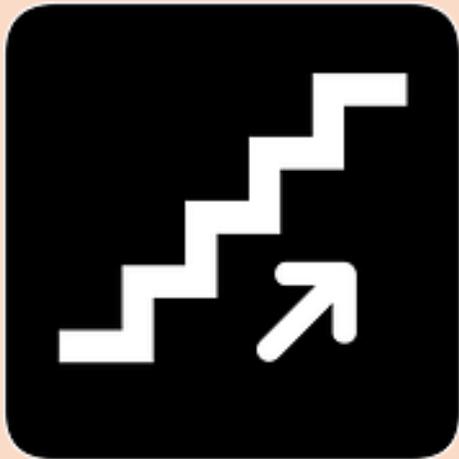
Dans les différentes circonstances de la vie, une personne peut :

- 4 - Intégrer spontanément les autres, l'environnement**
- 3 - Se centrer d'abord sur son objectif, sa performance**
- 2 - Agir en fonction de son intérêt egocentrique**
- 1 - Etre aléatoire, instable, incohérente, imprévisible**

RAPPORT AUX AUTRES

Le rapport aux autres donne à voir la façon de se conduire vis-à-vis des autres, la position que l'on prend vis-à-vis d'eux, les moyens utilisés pour se faire entendre, indépendamment des positions hiérarchiques ou sociales en présence.

Le rapport aux autres met en jeu l'usage plus ou moins important de la dominance comme mode de relation.

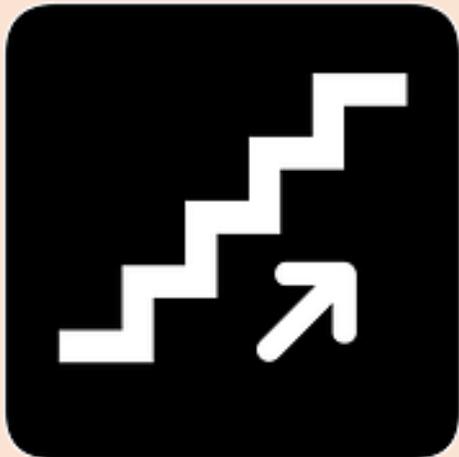


- 4 - Peut adopter volontairement une position inférieure**
- 3 - Voudrait être à égalité avec tout le monde**
- 2 - Cassant avec les faibles & obséquieux avec les forts**
- 1 - Ne sait pas quelle position adopter. Inconstant**

STABILITE DES CONDUITES

La stabilité des conduites d'une personne exprime sa capacité à maintenir un comportement prévisible ou au contraire ses variations en fonction des circonstances et/ou des personnes.

C'est l'observation en situations dégradées qui permet d'appréhender le niveau de stabilité d'une personne.



4 - Conduite stable. Tient la route tout le temps

3 - Sensible à certains paramètres. Inflexions

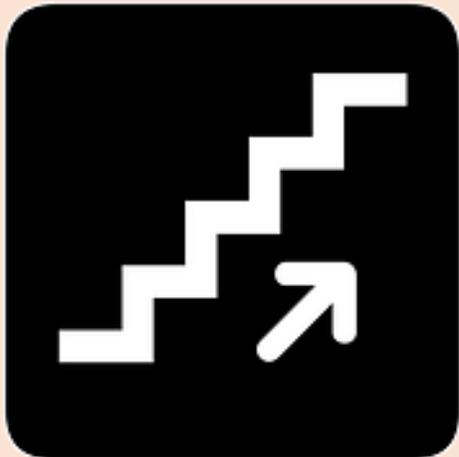
2 - Susceptible. Conduites facilement changeantes

1 - Conduites hachées et/ou ineptes. Revirements à 180°

POSTURE VIS-À-VIS DE L'ÉMOTION (1)

La posture d'une personne vis-à-vis de l'émotion est un indicateur de son niveau de développement personnel ou de connaissance d'elle-même.

La progression est orientée vers plus de conscience, plus de compréhension du processus émotionnel, conduisant à ralentir, à être davantage en équilibre vis-à-vis de soi-même avec courage et humilité.

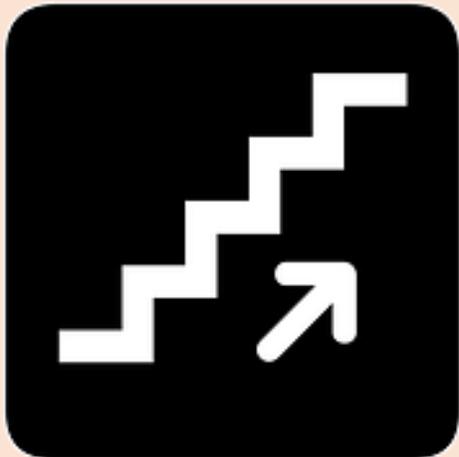


- 4 - A l'écoute du message, a le courage de s'y confronter**
- 3 - Voudrait la réguler, garder le contrôle, la gérer**
- 2 - La redoute, en a peur, prêt à presque tout pour l'éviter**
- 1 - Dans le déni mais conduit par elle en toute inconscience**

POSTURE VIS-À-VIS DE L'ÉMOTION (2)

La posture d'une personne vis-à-vis de l'émotion est un indicateur de son niveau de développement personnel ou de connaissance d'elle-même.

La progression est orientée vers plus de conscience, plus de compréhension du processus émotionnel, conduisant à ralentir, à être davantage en équilibre vis-à-vis de soi-même avec courage et humilité.



- 4 - Développe ses capacités de prise de recul ET d'analyse**
- 3 - Recherche de contrôle, d'efficacité, de méthodologies**
- 2 - Conduit par le système binaire frustration/récompense**
- 1 - Autodestruction, inadaptation, déni de réalité**