

La boussole Emotionnelle

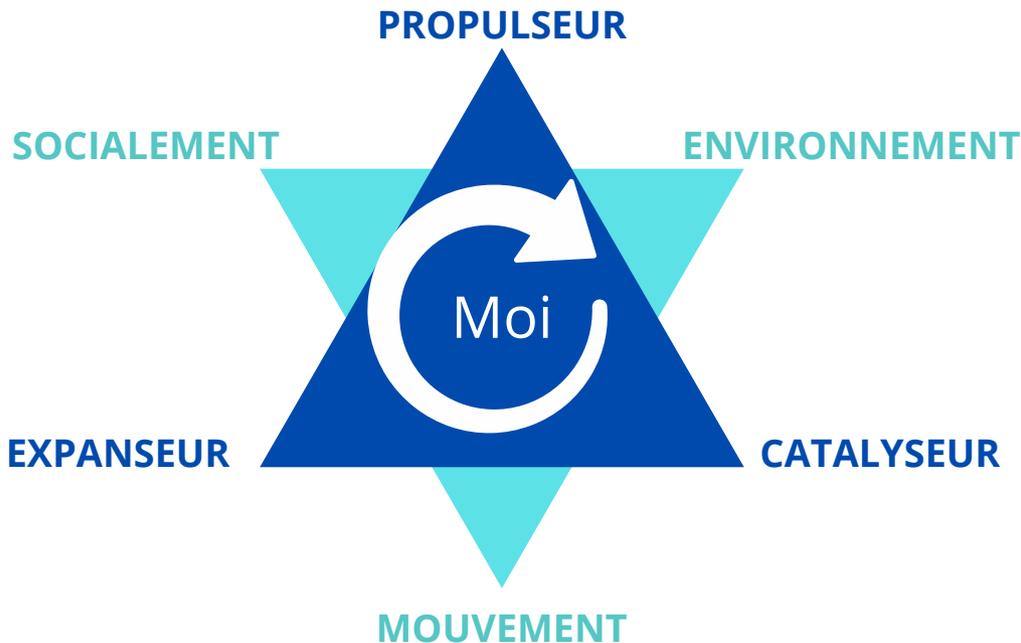
Fiches et outils d'acculturation organisationnelle
Extrait !



P. 621

10

BOUSSOLE ÉMOTIONNELLE



S'ORIENTER



OBJECTIF

Construire sa boussole émotionnelle

DESCRIPTION

Découper 2 triangles équilatéraux et les joindre en leur centre à l'aide d'une attache parisienne.

- Sur le premier triangle, inscrire les 3 postures du Moi : Propulseur, Catalyseur, Expanseur.
- Sur le second triangle, matérialiser 3 directions : Environnement, Mouvement, Socialement.
- L'attache au centre représente le Moi réflexif.

Tourner le premier triangle dans le sens des aiguilles d'une montre pour créer les associations postures-directions.

PE	Propulseur & Environnement	CM	Catalyseur & Mouvement	ES	Expanseur & Socialement
PM	Propulseur & Mouvement	CS	Catalyseur & Socialement	EE	Expanseur & Environnement
PS	Propulseur & Socialement	CE	Catalyseur et Mouvement	EM	Expanseur & Mouvement

LES +

A chaque couple est associée une manière de penser pour :

- Voir la situation sous des angles différents
- Admettre la multiplicité des points de vue
- S'autoriser à explorer des champs de réflexion inhabituels pour nous
- Construire une vision à la fois globale et détaillée de la situation
- Surmonter les difficultés liées aux modes de communication, aux rôles relationnels



S'ORIENTER



Tableau 1- Grille des définitions

Postures		Directions	
P	Propulseur : Un propulseur donne une poussée dans le but de d'avancer .	E	Environnement : c'est ce qui nous entoure de tous côtés. L'environnement nous impacte et nous interagissons avec lui à l'aide de nos sensations : voir, sentir, toucher, goûter. La carte s'orienter est notre principal atout pour comprendre et agir en conscience.
C	Catalyseur : un catalyseur augmente la vitesse de réaction sans paraître participer à cette réaction.	M	Mouvement : c'est la recherche de l'action, de l'équilibre, des sensations extrêmes. Le mouvement nous déséquilibre et nous rétablissons l'équilibre en posant une action. La carte avancer est notre principal atout pour trouver notre équilibre, respirer, et développer notre plein potentiel.
E	Expanseur : un expanseur assemble, combine plusieurs réactions en vue d'obtenir une action unique	S	Socialement : c'est notre rapport aux autres, aux systèmes et aux règles qui les définissent. Nous recherchons le contact et à comprendre ce qui nous connecte. C'est le sens attirer-repousser. Nous utilisons nos sens sociaux pour entendre, comprendre, parler et se faire entendre. La carte reconnaître est notre alliée. Elle nous permet de choisir en conscience nos actions, nos appuis, nos alliances...



S'ORIENTER



CONSTRUIRE SON ACCULTURATION ORGANISATIONNELLE



Organiser
le présent



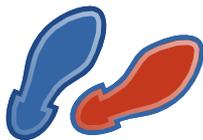
Reconnaître

Prévoir
le futur



Avancer

Comprendre
le passé



S'orienter



FOCUS ORGANISATION



FOCUS EQUIPE



FOCUS INDIVIDUEL