

## BILAN-ANALYSE DE PERSONNALITE

## La construction de votre personnalité

D'après vos réponses aux questionnaires, nous pouvons envisager un certain nombre d'hypothèses concernant la construction de votre personnalité :

Pendant votre enfance, vous avez progressivement développé le sentiment que vous seriez moins apprécié par vos parents, vos proches, si vous ne respectiez pas leurs usages, si vous ne vous conformiez pas à leurs souhaits.

Vous avez eu le sentiment qu'il vous fallait ainsi répondre à certaines exigences pour être vraiment aimé et reconnu. Vous aviez l'impression que vous deviez être d'une certaine façon "parfait", et éviter certaines erreurs et maladresses qui auraient nui à votre sentiment de sécurité affective au sein de votre famille ou de votre entourage.

Cela vous a amené à une certaine prudence dans votre comportement.

Ces impressions héritées de votre enfance se sont progressivement ancrées en vous. Vous les avez d'une certaine façon intégrées :

*"Je dois me conformer aux usages de la personne ou du groupe dont je veux être apprécié"*

*"Il faut que je sois irréprochable pour que l'on m'aime et que l'on ne m'abandonne pas"*

Ce qu'il est intéressant de comprendre, c'est que ces impressions ne sont **pas** tout à fait la réalité : elles ne sont que le fruit des conclusions que vous avez inconsciemment tirées de ce que vous avez vécu étant enfant. Elles sont les explications que vous vous êtes donné des événements passés et des comportements de votre entourage à votre égard. Mais ces conclusions sont progressivement devenues en vous des convictions : ce que l'on appelle en psychologie des "croyances" sur vous-même.

Ces "croyances" sont probablement inconscientes, non présentes à votre esprit. Elles sont peut-être juste quelque chose que vous ressentez confusément. Ou, à l'inverse, elles sont peut-être quelque chose qui vous apparaît comme une évidence, ce que vous croyez être la "réalité".

Votre personnalité s'est ainsi construite sur la base de ces convictions, de ces "croyances".

## **Vos valeurs**

De ces croyances découlent certaines de vos valeurs.  
Parmi elles nous pouvons citer :

- **La loyauté** envers ceux qui comptent pour vous
- **L'honnêteté** et notamment l'honnêteté d'esprit
- **La confiance**
- **La justice**
- **La sécurité**

Ainsi, vous aimez l'intégrité, l'équité, l'impartialité. Vous êtes fidèle à vos engagements, respectueux de vos règles de conduite.

Bien sûr vous avez encore d'autres valeurs. Mais celles que nous venons de citer sont étroitement liées à la construction de votre personnalité, et c'est en cela qu'elles nous intéressent.

# Manifestations générales de votre personnalité

## Le besoin d'être irréprochable

Vos croyances héritées de l'enfance ont pour première conséquence un besoin plus ou moins conscient d'être irréprochable avec les gens qui comptent pour vous. C'est en effet sans vous en rendre forcément compte que vous évitez tout ce qui pourrait déplaire à vos proches, et que vous vous efforcez ainsi de correspondre à leurs attentes, leurs valeurs, et de respecter leurs usages, leurs "règles de vie".

Ce que vous ne réalisez pas toujours, c'est que vous avez parfois tendance à en faire plus que nécessaire, à aller au-delà de ce qu'ils attendent vraiment de vous. Vous vous donnez inconsciemment des normes sur la façon dont vous devez vous comporter avec eux, la manière dont vous devez leur exprimer votre loyauté. En retour vous aimeriez que vos proches aient la même volonté à votre égard.

Cela fait de vous quelqu'un d'assez exigeant, vis-à-vis de vous-même comme vis-à-vis des autres, même si ces derniers ne s'en rendent pas forcément compte puisque vous ne le laissez peut-être pas transparaître.

Cette exigence a pu s'étendre à certains domaines dans lesquels vous avez alors une représentation assez précise de ce qu'il convient de faire, de ce qui est bien et de ce qui ne l'est pas. A titre d'illustration, cela peut se traduire par des normes inconscientes concernant par exemple la façon de se comporter en public, entre amis, en couple, ou encore des normes d'hygiène et de rangement, la façon dont les gens devraient accomplir leur mission au travail, la façon dont les gens devraient conduire sur la route etc, etc...

## Les effets

Ce besoin d'être irréprochable engendre quatre effets principaux :

### - L'appréciation de votre entourage

Il est clair que votre entourage, ou plus précisément les gens qui font partie de votre cercle, ceux qui comptent vraiment pour vous, apprécient votre attitude et votre loyauté. Ils savent qu'ils peuvent compter sur vous. Ils ont entièrement confiance en vous.

### **- La qualité**

Quand vous faites quelque chose en relation avec des gens qui comptent pour vous, ou qui peut représenter une certaine source d'appréhension, vous vous appliquez à le faire bien jusque dans les détails : Vous avez besoin de faire les choses parfaitement.

Cela peut dans certains cas vous amener à devenir ponctuellement minutieux, même si l'enjeu réel ne le justifie pas toujours.

Vous devez écrire une lettre ? il y a des chances que vous la relisiez à fond pour traquer les fautes de frappe et les défauts de mise en page, et il est même possible que vous la recommenciez plusieurs fois...

Vous vous faites en effet une représentation de ce à quoi doit ressembler une lettre, et si la vôtre n'y correspond pas, cela vous gêne; vous vous interrogez sur l'image qu'elle va transmettre de vous auprès de son destinataire.

### **- La renonciation**

Il peut vous arriver de renoncer à des choses que vous êtes pourtant capable de faire : dans les cas où vous craignez inconsciemment de ne pas être à la hauteur, de ne pas pouvoir les faire aussi bien que vous l'aimeriez.

C'est dommage parce que vous vous limitez ainsi vous-même dans l'étendue de votre réussite.

### **- La procrastination**

Vous pouvez avoir tendance à remettre certaines choses au lendemain. La peur inconsciente de commettre des erreurs vous amène parfois à reporter ce que vous pourriez faire tout de suite : la barre étant mise haute, l'énergie à dépenser est importante, ce qui peut vous amener à repousser son exécution.

Là encore vous bridez votre réussite car l'expérience montre qu'il est souvent plus performant de concrétiser des actions rapidement. De plus vous vous êtes sans doute déjà rendu compte que ce qui est fait au dernier moment demande parfois plus de temps parce qu'il faut alors gérer dans l'urgence les imprévus ou les contraintes de dernière minute.

En revanche, quand vous savez ce qu'il faut faire ou que la situation l'exige, alors vous êtes capable d'agir immédiatement et vite, avec beaucoup d'énergie.

### **- L'insatisfaction**

Votre bien-être dépend du respect par vous-même et votre entourage de ces normes que vous vous fixez inconsciemment dans certains domaines, même secondaires, et qui correspondent à une sorte d'idéal nécessaire à votre satisfaction.

Vous repérez alors ce qui s'en écarte. C'est cela qui vous donne ce sentiment d'insatisfaction parfois présent chez vous : une erreur, un oubli, un défaut, et votre bonne humeur peut disparaître.

## Exigeant vis-à-vis de vous-même

Sans vous en rendre vraiment compte, vous suivez donc certaines règles de conduite, notamment dans ce qui concerne vos relations aux autres.

En vous, est enfoui le sentiment que vous risqueriez d'être abandonné par ceux dont vous ne suivriez pas les règles.

Bien sûr il peut vous arriver de dévier de ce chemin, mais dans ce cas vous n'êtes pas vraiment à l'aise : vous avez conscience d'être en dehors du champ et vous avez peur de devoir en subir les conséquences à un moment ou un autre. D'ailleurs si vous avez le sentiment de vous être un peu laissé aller, vous pouvez aussi d'une certaine façon culpabiliser, vous en vouloir.

C'est pourquoi vous êtes finalement assez exigeant avec vous-même, sans forcément le réaliser d'ailleurs. Vous êtes plus dans le "devoir" que dans l'insouciance. Cela peut aussi se manifester dans votre temps libre où il se peut que vous ayez parfois du mal à vraiment profiter du bon temps, de la détente, de votre propre plaisir.

En contrepartie, vous pouvez ressentir une grande satisfaction quand vous avez fait preuve d'exigence avec vous-même et que vous pouvez contempler le résultat de vos efforts.

## Une attitude un peu paradoxale

Au-delà de vos règles de conduite à l'égard des gens qui comptent pour vous, règles dont nous venons de voir que vous préféreriez les suivre, votre attitude à l'égard des règles en général est assez ambivalente, presque paradoxale : d'un côté vous aimez que l'on respecte un certain nombre de règles de vie qui vous semblent fondamentales pour bien vivre en société. D'un autre côté, vous ne respectez pas toujours vous-même celles qui ne concernent pas directement votre cercle de proches. Par exemple, vous pouvez tout à fait aimer l'ordre tout en vivant dans une maison parfois... désordonnée ! Vous pouvez aimer que les gens respectent le code de la route... sans toujours le respecter vous-même.

En fait, autant vous suivez de vous-même les codes des gens dont vous souhaitez être apprécié, autant vous détestez suivre les règles **imposées** par d'autres. Vous les interprétez facilement comme des abus d'autorité et cela peut d'ailleurs vous fait réagir.

Cette ambivalence est quelque chose de typique de votre personnalité, et l'on pourra la retrouver dans différents domaines. Elle fait partie des éléments qui rendent votre personnalité riche et complexe. Elle explique par exemple que vous puissiez être à la fois quelqu'un de sérieux à certains moments, drôle et léger à d'autres moments,

quelqu'un qui soit loyal et droit, et en même temps qui sache influencer ses interlocuteurs sans même qu'ils s'en rendent compte !...

## **Le repérage des erreurs, des manquements, des écarts**

Votre sens de la qualité et du devoir n'est pas universellement partagé, et vous êtes souvent conscient de ce qui ne va pas dans le comportement des autres, dans les organisations, ou dans le déroulement des événements, et cela vous dérange. Le laisser-aller, l'absence de respect du savoir-vivre le plus élémentaire vous contrarie. Cette insatisfaction peut s'exprimer par de l'irritation ou même parfois par de la colère.

Elle peut avoir parfois comme conséquence une attitude un peu critique.

Dans certains contextes cet esprit critique peut être avantageux.

Sur le plan professionnel vous devez veiller à l'utiliser sans apparaître négatif aux yeux de votre entourage.

## **L'habitude de vous comparer aux autres**

Vous avez l'habitude de vous positionner, de vous évaluer très rapidement par rapport à quelqu'un.

*“Sur tel point il est au-dessus de moi, sur tel autre c'est moi qui suis au-dessus”*

Vous éprouvez d'ailleurs le besoin de vous rassurer par rapport à l'autre :

*“Suis-je à la hauteur ?”*

Ce mécanisme de comparaison peut se produire très rapidement dans votre esprit, si bien que vous n'en avez peut-être pas conscience. Dans ce cas, il ne vous reste que le ressenti, l'émotion qu'il engendre.

Par exemple, si vous estimez ne pas être à la hauteur, vous allez momentanément perdre votre confiance en vous. Un certain mal-être en résulte qui va vous gêner :

Vous ne pourrez plus exprimer vos qualités habituelles qui sont pourtant réelles, et il est vraisemblable que vous adoptiez l'un des comportements suivants :

A) Vous ne parlez presque plus, vous laissez la place à l'autre

B) Vous devenez très empathique et adoptez le point de vue de l'autre, vous abondez dans son sens

C) Vous pouvez vous mettre à avoir sans vous en rendre compte un discours un peu “moraliste” : vous avez des propos critiques à l'égard des “gens qui ne sont pas comme il faut” ; Vous déplorez qu'on ne fasse pas “ce qu'il faudrait faire” dans telle ou telle situation etc...

Il se peut dans ce cas que les gens vous trouvent alors un peu négatif, ou donneur de leçons. Vous pouvez être surpris s'ils vous le disent car vous n'en avez pas forcément conscience.

A l'inverse, quand la comparaison vous semble jouer en votre faveur, alors le bien-être que cela vous procure renforce votre confiance en vous et votre sérénité. Vos interlocuteurs peuvent dans ce cas vous percevoir à la fois comme quelqu'un de détendu, positif, affirmé et sûr de lui.

Cette habitude de se comparer aux autres provient de votre croyance selon laquelle vous serez apprécié en fonction de votre degré de qualité et votre absence de défauts. En effet, lorsque vous vous demandez "*Suis-je à la hauteur ?*", la question cachée est en fait : "*L'autre est-il plus parfait que moi ? mieux que moi ?*".

Finalement vous voulez donc savoir si vous êtes autant, plus, ou moins digne d'être apprécié que lui.

Si vous avez le sentiment de ne pas avoir autant de qualités que l'autre, vous craignez qu'il soit plus reconnu que vous.

On voit bien ici la traduction concrète de ce qui n'est qu'une croyance limitante.

En effet l'appréciation que les gens ont pour vous découle de **qui** vous êtes, vous, votre rayonnement, votre façon d'être, votre présence : elle ne se limite pas à vos qualités ou vos défauts.

Mais vous ne vous en rendez peut-être pas toujours compte.

## **Le doute**

Un autre élément typique de votre personnalité est votre propension au doute. Vous avez en effet tendance à douter : douter de vos choix, de vos décisions, douter de vos émotions, et même parfois douter de vous. C'est ce qui vous donne par moment un certain manque de confiance en vous.

Certains des effets que cela induit sont positifs. D'autres le sont moins.

Par exemple, quand vous ressentez le doute avant de prendre une décision, cela vous protège souvent d'un choix arbitraire et des conséquences que pourrait engendrer une décision trop hâtive. Ainsi, vous pesez le "pour" et le "contre" et vous évitez ainsi bien des erreurs. Inversement vos doutes peuvent aussi vous freiner considérablement dans vos décisions, vos engagements, vous faire perdre du temps là où l'enjeu ne le justifie pas toujours. Cela freine souvent votre passage à l'action.

Quand il vous arrive de douter de vous, cela vous permet de vous remettre en question et de ne pas vous lancer corps et âme dans une aventure perdue d'avance. En cela, c'est positif. Inversement vos doutes sapent parfois votre confiance en vous

et vous font perdre vos moyens là où, au contraire, vous gagneriez à aller de l'avant en vous posant moins de questions.

Par ailleurs, quand vous êtes sous l'emprise de vos doutes vous pouvez ressentir une certaine anxiété. En effet vous vous retrouvez pris dans la toile d'araignée de vos processus mentaux. Vous mentalisez trop et cela bloque votre action. Vous vous retrouvez coincé.

Finalement, vous l'avez compris, tout est une question de degré : de légers doutes sont très utiles dans la vie; trop de doutes empêchent d'avancer.

## **Une difficulté à écouter vos envies et besoins**

Quand vous étiez enfant vous avez appris à prendre en compte vos devoirs plus que vos envies : vous étiez plus conscient de ce qu'il **fallait** faire que de ce que vous aviez réellement **envie** de faire.

Aujourd'hui encore, vous avez parfois tendance à privilégier "ce qu'il faut faire" au détriment de vos envies réelles dont vous n'avez plus toujours conscience et que vous prenez peu en compte.

D'ailleurs, quand quelqu'un vous demande "*De quoi as-tu envie ?*" il est possible que vous répondiez assez souvent :

- "Je ne sais pas"
- "La même chose que toi"
- "Et toi ?"
- "Tout me convient"
- "ça n'a pas d'importance"

et que vous soyez sincère avec ces réponses : vous ne savez pas toujours quelles sont vos envies profondes.

## **Des qualités inhérentes à votre personnalité**

Ces éléments de personnalité que nous avons décrits vous confèrent un certain nombre de qualités qui vous sont propres.

Ainsi vous êtes, entre autres :

- Honnête, intègre
- Fiable
- Loyal

- Respectueux des autres
  - Souple, adaptable
  - Fin, habile
  - Réfléchi
  - Observateur
  - Doté d'un fort esprit d'analyse
  - Intuitif
  - Capable de prévoir et d'anticiper
  - Doté du sens de l'humour, notamment un humour un peu ironique.
- .....

## **Nos propositions pour votre carrière**

Notre compréhension de votre personnalité nous permet de vous apporter des conseils pertinents pour réussir votre carrière.

Plus précisément nous vous proposons deux démarches que vous pouvez commander sur [maReussite.com](http://maReussite.com) :

### **Votre personnalité au travail** *pour s'épanouir et réussir*

Nous vous invitons à aller plus loin dans la connaissance de vous-même, avec notre analyse de la façon dont vous fonctionnez sur le plan professionnel et de ce qui peut vous permettre de vous épanouir et de réussir :

- Votre profil professionnel : l'analyse complète des liens entre votre personnalité et la façon dont vous travaillez.
- Une fiche de synthèse de vos tendances et de vos atouts sur le plan professionnel. Cette fiche vous aidera à parler de vous dans vos entretiens annuels ou vos entretiens d'embauche.
- L'analyse des erreurs à éviter sur le plan professionnel compte tenu de votre personnalité. Comment résoudre vos problèmes pour vous épanouir.
- Des conseils sur mesure, des solutions concrètes : Nos conseils sont directement ciblés sur vos besoins, vos tendances, vos points forts, vos axes

de progrès. Ils prennent en compte vos penchants et ils respectent vos valeurs. Vous pourrez donc facilement les suivre et leur mise en œuvre sera efficace.

Pour en savoir plus et connaître le contenu détaillé, cliquez ici : <http://www.MaReussite.com>

### **Trouvez votre voie**

Certaines missions sont faites pour vous et d'autres pas.

Tant que vous exercez une mission qui ne correspond pas à votre personnalité, vous bloquez votre épanouissement et donc votre réussite.

Nous vous proposons de découvrir comment trouver votre voie, quels sont les éléments que vous devez prendre en considération dans le choix d'une mission compte tenu de votre personnalité, et comment vous assurer qu'une orientation vous correspond.

Nous allons aussi vous indiquer les environnements propices à votre réussite, ainsi que des conseils d'orientation.

Enfin nous allons vous guider pas à pas dans le choix de votre voie et la construction de votre projet professionnel : votre plan d'action personnalisé pour concrétiser vos projets de carrière.

Pour en savoir plus et connaître le contenu détaillé, cliquez ici : <http://www.MaReussite.com>

### **Pendant 8 jours**

Nous vous offrons la possibilité de découvrir ces produits à un tarif préférentiel : Vous bénéficiez d'une remise de 20% dans les 8 jours suivant l'envoi de votre Bilan-analyse.

Pour en profiter il vous suffit d'entrer le code réduction XA115ZA223 lors de votre commande sur <http://www.MaReussite.com>