



Self S Team[®]

Dynamique d'individuation



Charlotte DUPONT



The **WAY** How to **Re-Order**
Our **Effective Usefulness**

*Rapport édité le 17-4-2023
Prestation réalisée à SAINT SAULVE (59880)
Nom du cabinet : Axone-GD
Consultant / Praticien ayant procédé à la restitution : Didier Guion
N° d'agrément du praticien : 59880-01*

www.axone-gd.fr

Sommaire

- Rappels | Propensions et Fonctions Page 1
- Ce qu'il faut retenir Page 2
- Chronologie de votre dynamique d'individuation Page 3
- Effets du stress sur vous | Votre chemin de développement Page 4
- Lexique Page 5

Rappels



L'analyse du questionnaire et de votre auto-positionnement, complétée par l'avis proposé par un praticien ou consultant certifié Self-S-Team® ont permis de définir le profil indiqué ici.

Soumis à votre arbitrage, il a donc été confirmé comme Profil Naturel. Il identifie vos propensions (vos préférences naturelles),

Propensions et Fonctions

Votre dynamique d'individuation concerne votre Profil Naturel. Elle correspond au processus psychologique qui vous permet, progressivement, de devenir pleinement utilisateur de votre potentiel (cf Lexique). Elle met en jeu les 2ème et 3ème dimensions qui sont les "Fonctions" du cœur de psyché. Votre personnalité est organisée selon 4 dimensions bipolaires ("bipolaires" opposées et complémentaires). Ces 4 dimensions bipolaires sont : la 1ère, la SOURCE (E | I) et la 4ème, l'ACTE (O | F) ; la 2ème, la PRISE D'INFORMATION (R | P) et la 3ème, les FONCTIONS (A | S).

- 1ère dimension : Extraversion | Introversion → E | I → ATTITUDES
- 2ème dimension : Réalisme | Projection → R | P → FONCTIONS du cœur de psyché
- 3ème dimension : Analyse | Sentiment → A | S → FONCTIONS du cœur de psyché
- 4ème dimension : Organisation | Flexibilité → O | F → ATTITUDES

Il y a donc 4 fonctions de la psyché : le Réalisme, la Projection, l'Analyse et le Sentiment, qui s'expriment dans votre dynamique d'individuation. Sachant que chacune de ces 4 fonctions peut être orientée vers l'extérieur ou vers l'intérieur ("introvertie"), cela porte à 8 le nombre de fonctions. On parlera alors de 8 fonctions.

Dans votre dynamique d'individuation, nous retrouvons ces 4 fonctions orientées qui caractérisent votre personnalité. Elles sont classées par ordre de leur niveau d'habileté. Pour les définir, nous utiliserons les lettres E, P, S, F.

L'influence de votre positionnement Extraverti sur la dimension "Source" permet de définir la manière dont les fonctions orientées seront utilisées. L'Extraversion dirige la manifestation de votre F1 (Réalisme extraverti) probablement de votre F3 (Analyse extravertie) vers le monde extérieur. Un équilibre se forme naturellement entre l'Extraversion et l'Introversion (Sentiment introverti).

La Fonction 1 ("F1") est la première à se développer, à se différencier et aussi la plus habile et la plus consciente. Parmi les 4 fonctions dont chaque Profil Naturel dispose, c'est à la F1 que nous faisons appel en cas d'urgence, celle qui impacte le plus nos réactions.

Votre positionnement Extraverti sur la 1ère dimension rend votre F1 plus visible, car celle-ci est plus tournée vers le monde extérieur. La 1ère de vos 4 fonctions orientées, par laquelle s'organise votre personnalité, est donc plus facilement visible. Pour vous, l'extraverti est plus facile à vivre.

La Fonction 2 ("F2") se développe ensuite, elle complète et équilibre la F1.

La pression d'adaptation est moins forte pour vous, extraverti(e), car vous vivez mieux la confrontation avec le monde extérieur que les introvertis et disposez donc de plus de temps pour développer votre F2.

La Fonction 3 ("F3"), comme la F4, fait partie des fonctions que Jung décrivait comme "développées".

La F3 équilibre la F2. Elle est moins consciente que la F2.

Elle représente une étape essentielle dans votre développement.

quand elle est bien développée.

La Fonction 4 ("F4") est la dernière à se différencier et la plus inconsciente. Elle fonctionne plus lentement que les autres.

Elle est plutôt sensible : les critiques la concernant mettent en lumière votre vulnérabilité et les points délicats que vous savez avérés et sur lesquels vous manquez de recul et de lucidité.

Etre critiqué dans un domaine où l'on est fragile et maladroit provoque des réactions négatives.

dévalorisantes ("je suis nul(le)", "je n'y arriverai jamais")

ou "moi ?", "si vous n'étiez pas toujours en train de me décevoir...")

déni.

Votre F4 a aussi une tendance à se projeter.

une fonction d'adaptation

ses réactions.

Ce qu'il faut retenir

- FONCTION 1 (pour vous : Projection extravertie) :

Qu'il s'agisse de chronologie, de préférence ou de maîtrise, c'est la première des fonctions et c'est autour duquel s'organise la personnalité.

- FONCTION 2 (pour vous : Sentiment introverti) :

C'est la 2ème fonction, elle équilibre la F1.

- FONCTION 3 (pour vous : Analyse extravertie) :

C'est le pôle opposé de la F2 sur la même dimension. Elle n'apparaît pas dans le sigle du profil.

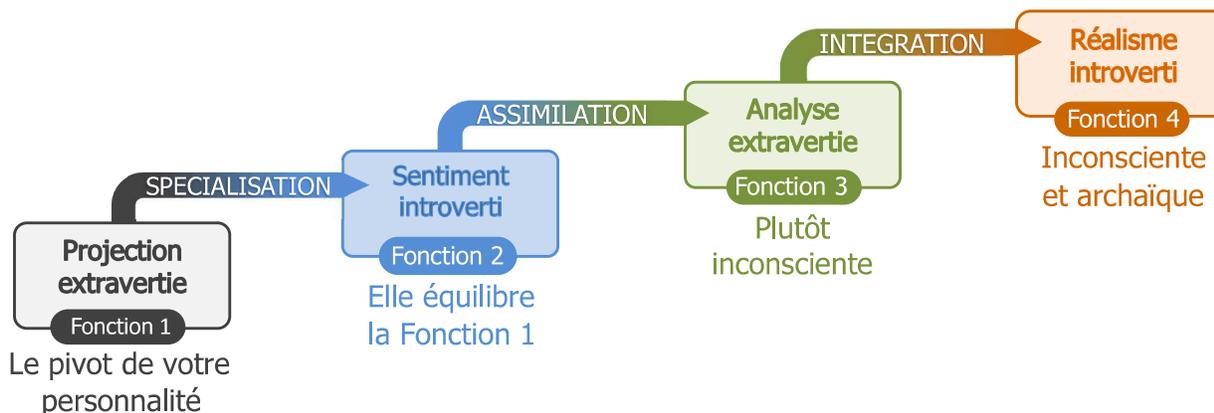
- FONCTION 4 (pour vous : Réaction introvertie)

C'est le pôle opposé de la F3

de fonctionnement.

et à l'animé.

Chronologie de votre dynamique d'individuation


Fonction 1 Projection extravertie

- SA NATURE : flux continu d'idées et de possibilités nouvelles se manifestant en toutes circonstances.
- CARACTERISTIQUES GENERALES : brasseur d'idées, capacité inventive. Bon communicateur, entre facilement en contact, vend bien ses idées. S'adapte, rebondit, passe d'une chose à l'autre. Voit vite les grandes lignes, pressent les évolutions à venir.
- APPRENTISSAGE : dans un contexte effervescent, de bouillonnement d'idées, dans l'échange.
- RESOLUTION DE PROBLEME : forte créativité, capacité à voir les problèmes autrement, à pratiquer des recadrages rapides, à établir des connexions originales.
- AUTORITE : dirige par la vigueur communicative des idées nouvelles, le défi constant d'expérimenter de nouvelles idées ou de nouvelles manières de faire.

Fonction 2 Sentiment introverti

- SA NATURE : capacité à créer l'harmonie autour de valeurs personnelles profondément ressenties.
- CARACTERISTIQUES GENERALES : porte les valeurs d'un groupe par son exemple, sans prosélytisme. Aime trouver la signification des choses, leur sens profond. Rêve volontiers, a besoin de solitude pour se ressourcer. Crée de l'intimité avec un groupe d'amis sur des sujets profonds. Forte capacité d'empathie.
- APPRENTISSAGE : a besoin de comprendre le sens de ce qu'on lui enseigne et que ce soit conforme à ses valeurs. Nécessite un climat de coopération et la liberté d'explorer.
- RESOLUTION DE PROBLEME : allie capacité d'imagination, de recherche de sens, avec un jugement éthique sûr.
- AUTORITE : procède plus par influence que par autorité directe ; agit volontiers comme guide moral d'un décideur apparent.

Fonction 3 Analyse extravertie

Ce qui se passe quand elle est déficiente : • Manque d'assertivité, d'affirmation de soi • Absence de capacité d'analyse au moment critique • Difficulté à prendre de la distance, à ne pas se laisser absorber par les autres

Ce qui se passe quand elle fonctionne de manière excessive : • Critiques agressives, ad hominem • Décisions abruptes, actions précipitées • Logique excessive, volonté d'aller jusqu'au bout de la logique, d'avoir raison à tout prix

Fonction 4 Réalisme introverti

Ce qui se passe quand elle est déficiente : • Négligence des besoins du corps • Au-dessus des contingences physiques • Travail jusqu'à épuisement • Peu de soin pour la gestion de soi, de son foyer, de son entreprise • Mal à l'aise dans les activités répétitives

Ce qui se passe quand elle fonctionne de manière excessive : • Importance exagérée donnée aux détails • Perte de contact avec l'environnement • Tendance à l'hypocondrie • Troubles du comportement alimentaire • Fixation sur certains objets

Effets du stress sur vous

Les réactions liées au stress, décrites ci-dessous, peuvent être caricaturales par rapport à celles que vous avez expérimentées. En effet, le stress révèle la façon peu pertinente (voire archaïque) dont la F4 peut fonctionner. Celle-ci n'est pas suffisamment développée. Cela peut s'accompagner d'un copilotage défaillant. Elles ne tiennent pas compte de votre expérience de vie, du niveau d'aboutissement de vos capacités à anticiper les situations stressantes pour vous et à trouver des moyens de les contourner. Il est donc tout à fait possible que votre comportement, dans ces situations, soit

Les questions sont alors :

Est-ce que ces comportements me correspondaient normalement ?

Est-ce que ma F3 et ma F4 sont aujourd'hui suffisamment développées et équilibrées ?
Sont-elles délicates ?

Dans des situations stressantes :

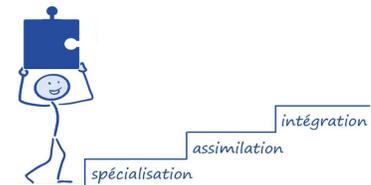
sa capacité à anticiper

sur

Votre chemin de développement

Vos Fonctions 3 et 4 sont celles qui ont besoin d'une attention particulière pour se développer et faciliter l'individuation.

Les personnes qui ont votre profil peuvent suivre les conseils suivants pour aider leurs F3 et F4 à se développer.



- Analyse extravertie :

Pour faire le tri dans l'éventail des possibilités qui peut les submerger, ils auront intérêt à mettre en route leur fonction 3 extravertie. Cela leur permettra de fixer des critères de choix, d'établir des priorités et de développer des stratégies qui leur permettront de mieux gérer leur temps.

Il sera même bon de procéder à ces exercices par écrit, pour fixer l'attention et mieux organiser les idées.

- Réalisme introverti :

En effet, ils auront intérêt à faire une liste complète de leurs projets.

En effet, cela leur permettra d'entreprendre un projet. La mise en œuvre de ces projets leur permettra de prendre de meilleures décisions, plus adaptées à leur situation.

De même, en prenant le temps de réfléchir à ces projets, ils pourront mieux anticiper les situations stressantes.

Ce faisant, ils pourront mieux gérer leur temps et mieux organiser les idées.

Enfin, cela leur permettra de mieux anticiper les situations stressantes et de mieux gérer leur temps.

Enfin, cela leur permettra de mieux anticiper les situations stressantes et de mieux gérer leur temps.

Enfin, cela leur permettra de mieux anticiper les situations stressantes et de mieux gérer leur temps.

Autres conseils pour expérimenter votre Fonction 3 :

Prenez les décisions comme si vous étiez en train de résoudre un problème de logique. Dressez la liste de vos options. Trouvez les critères objectifs et rationnels qui vont vous permettre de prendre de meilleures décisions.

Autres conseils pour expérimenter votre Fonction 4 :

Concentrez-vous sur ce qui vous a permis de réussir dans le passé.

Concentrez-vous sur ce qui vous a permis de réussir dans le passé.

Concentrez-vous sur ce qui vous a permis de réussir dans le passé.

Concentrez-vous sur ce qui vous a permis de réussir dans le passé.

- **PROFIL NATUREL** : modèle d'une attitude générale qui est devenue habituelle, induisant des caractéristiques communes aux personnes ayant la même tendance. Le Profil Naturel peut être une description théorique des comportements ; il sert alors de repère pour comprendre les fonctionnements individuels. Une personne appartient à un profil quand elle en présente les caractéristiques.
- **PROPENSION** : inclinaison spontanée ou tendance naturelle à choisir habituellement un type de comportement plutôt qu'un autre. Adoptée facilement, elle requiert moins de temps, de concentration et d'énergie psychique qu'une attitude nécessitant une forme d'adaptation ou issue d'un apprentissage antérieur. La propension désigne le pôle de chaque dimension (ou dichotomie) que nous utilisons par prédilection.
- **DICHOTOMIE** : division en deux éléments que l'on oppose.
- **EXTRAVERSION** ("E") : orientation du sujet vers le dehors, le monde des personnes, des choses, des événements, tant pour y puiser son énergie que pour y exprimer son action.
- **INTROVERSION** ("I") : orientation du sujet vers le dedans, le monde des pensées et des réflexions, tant pour s'y ressourcer que pour s'y exprimer.
- **REALISME** ("R") : fonction de perception qui permet d'appréhender les faits par un processus analytique et discursif (discursif = qui repose sur le raisonnement, opposé à intuitif).
- **PROJECTION** ("P") : fonction de perception qui procure une vision globale par un processus synthétique et inconscient.
- **ANALYSE** ("A") : fonction de jugement qui décide à partir de principes généraux et objectifs.
- **SENTIMENT** ("S") : fonction de jugement qui apprécie la valeur des situations en fonction de critères personnels et subjectifs propres à la personne qui prend la décision.
- **ORGANISATION** ("O") : processus mental qui consiste à prendre des décisions à partir des observations recueillies.
- **FLEXIBILITE** ("F") : processus mental qui consiste à recueillir des observations, à l'origine d'un style de vie flexible.
- **FONCTION 1** : elle est le pivot autour duquel s'organise la personnalité. Elle est la première des fonctions en termes de chronologie, de préférence et généralement de maîtrise.
- **FONCTION 2** : elle est la 2ème fonction et équilibre la F1.
- **FONCTION 3** : elle est le pôle opposé de la F2 sur la même dimension. Elle équilibre également la F2. Elle est relativement inconsciente et n'apparaît pas dans le sigle du profil.
- **FONCTION 4** : elle est le pôle opposé de la F1. C'est la fonction la plus inconsciente et archaïque, celle qui manifeste les difficultés de fonctionnement. C'est aussi le réservoir du potentiel de développement. Elle est liée à l'animus.
- **PSYCHÉ** : terme utilisé en psychologie analytique pour désigner l'ensemble des manifestations conscientes et inconscientes de la personnalité d'un individu. Les psychologues analytiques et psychanalystes contemporains emploient plutôt ce terme afin d'éviter l'utilisation des mots « âme » et « esprit » dont la connotation est religieuse.
- **INDIVIDUATION** : selon C. G. Jung, elle désigne «le processus par lequel un être devient un individu psychologique, c'est-à-dire une unité autonome et indivisible, une totalité.». En psychologie analytique, c'est le processus de création et de distinction de l'individu. Il se rapporte à la réalisation du Soi par la prise en compte progressive des éléments contradictoires et conflictuels qui forment la «totalité» psychique, consciente et inconsciente, du sujet. Ce processus intègre le développement des 4 zones d'effort ainsi que la conscientisation progressive des 4 fonctions orientées, spécifiques à chaque individu.