

TYPE PROMOTEUR SOUS STRESS

Ce type de personnalité montre...

...que son besoin de **Excitation** n'est pas nourrit **positivement**...

*...quand les comportements ci-dessous sont observés dans le champ **Personnel***

- Lance des défis stressants (aux autres et à lui ou elle)
- N'accepte pas les zones de faiblesse chez ses enfants
- Dévalorise ceux qui expriment de la peur ou du chagrin
- Incite ses enfants à être toujours les plus forts
- Coince l'autre verbalement, l'air de rien
- Fait durer une dette jusqu'à son extrême limite
- Prend des risques dommageables pour sa santé ou sa sécurité
- Transgresse les règles pour voir ce qui se passe et avoir des comportements anti-sociaux
- Manipule ou faire du chantage avec ses proches
- Fait quelque chose parce que c'est interdit ou dangereux

*...quand les comportements ci-dessous sont observés dans le champ **Professionnel***

- Monopolise l'espace et la parole pour séduire à tout prix
- Ne considère que l'effervescence comme ambiance efficace
- Impose un niveau d'énergie et de puissance trop fort pour son environnement
- Provoque gratuitement l'autre seulement pour voir s'il a du répondant
- Fonce tête baissée au point de risquer de se nuire à soi ou à l'entreprise
- Montre un fort mépris à l'égard des collaborateurs considérés faibles
- Utilise la compétition négative comme mode de management
- Utilise la dérision ou la moquerie quand les collaborateurs ont besoin de soutien
- Cherche l'esclandre avec un collègue afin qu'il "se passe quelque chose"
- Fait courir des bruits, ou calomnie les autres (sème la zizanie)
- Fait dire des choses personnelles et les utilise ensuite contre la personne qui les a dites



TYPE PROMOTEUR SOUS STRESS

Ce type de personnalité montre...

1er degré de stress

Signaux d'alerte (+/+ si)



Attend que les autres se débrouillent seuls. Devient impatient, il s'en va

"Oui bon bon, mais encore... "

" Ca sert à rien tout ça, j'me tire !"

" Prends-toi en main mon vieux, moi, je me suis fait tout seul !"

2 ème degré de stress

Conflits ou rupture (+,-)



Manipule. Prend des risques. Créé des incidents entre les gens

"Ça ! Vous avez de beaux diplômes, mais pour mener un projet à bien, c'est la médiocrité générale !" - "Sans moi, vous vous plantez !" - "Y'a Jean-Claude qui m'a dit que tu couchais avec la femme de Luc ?!"

Saisissez vos notes et observations personnelles quand vous êtes sous stress :

3 ème degré de stress

Désespoir (-,-) - Scénario : Toujours



GUIDE ANTI-STRESS DU TYPE PROMOTEUR

Pour se prendre en charge, ce type de personnalité peut :

- Nourrir son besoin de **Excitation positivement...**

*...en mettant à l'oeuvre les actions ci-dessous dans le champ **Personnel***

- Prêter main forte vite et bien à un ami dans le besoin plutôt que de donner conseil
- Trouver des solutions rapides et efficaces grâce à ses contacts pour soi et ses proches
- Utiliser son goût du risque et de l'action pour être celui ou celle avec qui on ne s'ennuie jamais
- Provoquer des situations d'intimité avec ses proches
- Entraîner les autres à donner le meilleur d'eux-mêmes
- Pratiquer régulièrement un sport à haut niveau d'excitation (parachutisme, escalade, ski hors piste ...)
- Veiller à être sain dans son comportement pour soi même et pour les autres
- Identifier ses sources d'excitations positives et les satisfaire
- Participer à des compétitions

*...en mettant à l'oeuvre les actions ci-dessous dans le champ **Professionnel***

- Se fixer chaque jour un défi (prendre un risque chaque jour)
- Etre à l'affût des opportunités pour l'entreprise et soi même
- Se faire reconnaître comme celui dont le goût pour l'action est soutenu par un grand professionnalisme
- Investir une haute énergie dans l'action productive en évitant l'agitation
- Aider ses collaborateurs à se dépasser
- Utiliser son charisme pour être un modèle positif d'identification
- Stimuler un esprit de conquête dans l'entreprise
- Prendre des risques (raisonnables) pour essayer des pistes nouvelles
- Se faire identifier comme celui ou celle à qui on confie les missions "délicates"
- Dépasser ses objectifs
- Oser rebondir en cas d'échec



GUIDE ANTI-STRESS DU TYPE PROMOTEUR

Pour se prendre en charge, ce type de personnalité peut :

Notez ici vos actions efficaces pour nourrir vos besoins (issues de vos retours d'expérience personnelles) :

