

## **AUTO DIAGNOSTIC DES POSITIONS DE VIE**

Sur chacun des 8 thèmes de vie professionnelle ci-dessous, répartissez 10 points en fonction de la fréquence avec laquelle VOUS agissez ainsi.

### **1/ Style de commandements :**

- a - Je me Justifie, me défends, parfois je critique, parfois je me protège
- b – J' utilise le contrôle et la persuasion. Je n'hésite pas à faire pression
- c – J'aide mes gens. Ma sympathie m'aide à me faire accepter.
- d – J'informe, je propose des occasions de développement, nous analysons ensemble les problèmes et les opportunités.

### **2/Approche des problèmes :**

- a - J'essaie de les éluder, [e m'arrange
- b - Je tiens aux objectifs et aussi à la qualité de la vie de travail de chacun
- c - Je me soucie surtout de tenir les objectifs-
- d - Je fais en sorte que chacun soit satisfait

### **3 / Attitudes face aux règles :**

- a - Pour moi, les règles sont les règles, c'est tout
- b - Les règles sont de bonnes choses. J'insiste pour qu'on les suive
- c - Ce sont des règles de conduites. Elles 'sont utiles mais n'en soyons pas prisonniers
- d - Je pense qu'on doit s'efforcer de les suivre

### **4/ Vision des conflits :**

- a - Les conflits peuvent être utiles. Nous en tirons souvent des occasions de progresser
- b - Je n'aime guère les conflits, ça nuit aux relations
- c - Je pense qu'il faut d'abord penser au travail et ne pas refaire le monde
- d - O^e n'est pas mon affaire

### **5/ Réaction à la colère :**

- a - Je n'aime pas m'affronter à la colère, ça m'est pénible
- b - Ça me rend très désagréable et méfiant
- c - Dans ce cas Je provoque une bonne confrontation
- d - J'en veux à ceux qui se permettent ça, je rumine ma rancœur

### **6/ Attitude envers le supérieur :**

- a - Je vois bien les points faibles, je critique ou je manipule
- b - Je fais de mon mieux. J'espère être apprécié
- c - Chacun son travail
- d - On discute, on échange, on négocie

### **7/ Humour :**

- a - Je fais rire à mes dépens
- b - Je pratique l'ironie désabusée
- c - Je sais trouver le mot qui libère et détend
- d - Mon humour est caustique et mordant

### **8/ Attitude de base :**

- a - Je t'y ferai aller
- b - Je vais de l'avant
- c -puisque'il faut y aller
- d - Aller là ou ailleurs