

La construction de l'identité

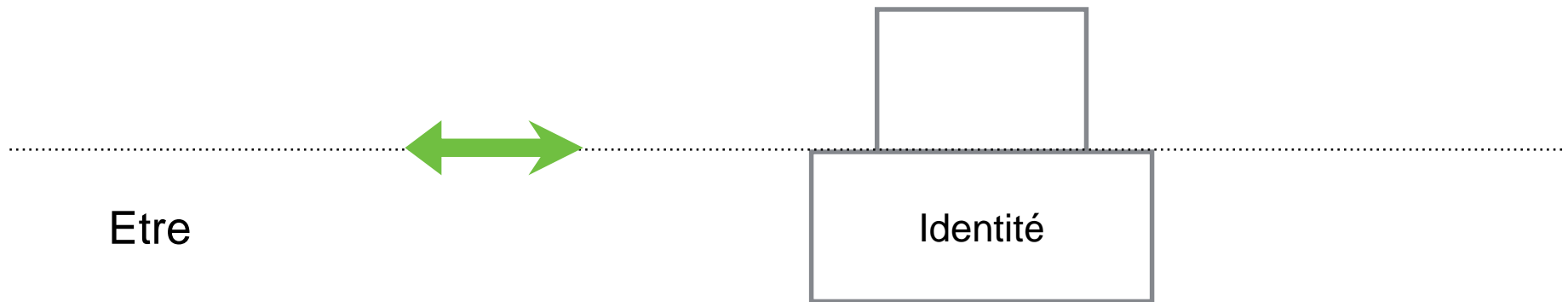
Être vs Avoir

L'homme a en lui inscrit
2 questions :

- Qui suis-je ?
- Pourquoi je suis là ?

qui suis-je ?

La première question va venir "nourrir" l'identité de l'individu



Pourquoi je suis là ?

La deuxième question est le fruit issu de l'identité

Faire

Actions
Fruits

Etre

Identité



Construire un édifice

La construction de cet édifice se fait en deux étapes :

- d'abord les fondations : identité
- ensuite la construction : les actions, les fruits

Faire

Actions
Fruits

Etre

Identité

L'ordre de construction est important pour éviter qu'il soit déstabilisé

Matériaux utilisés

Fondations

Pour nourrir l'identité :

Interactions positives qui vont me permettre de répondre à la première question : "Qui je suis ?"

Les feed backs seront centrés sur le "Etre "

Exemple : Tu es génial

Environnement bienveillant où l'individu est apprécié juste pour ce qu'il est.

Matériaux utilisés

Construction

Pour nourrir mes actions

La combinaison de mes talents et rêves vont me permettre de répondre à la deuxième question : "Pourquoi je suis là ?»

Les feed backs seront centrés sur le "faire"
Exemple : Ton travail est génial

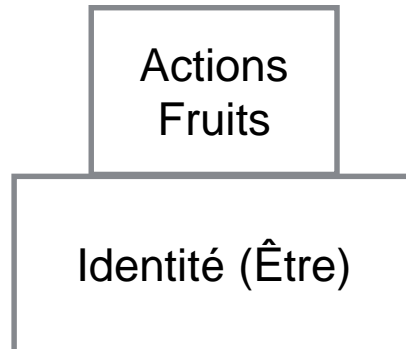
Environnement bienveillant cultivant l'apprentissage où les erreurs sont acceptées.

Plan de montage

Lorsque le plan de montage est respecté que se passe-t-il ?

La fondation est stable elle apporte de la sécurité et la personne à confiance en elle, en qui elle est.

Elle dépense la juste énergie dans l'action car ses actions sont le fruit de son identité. Elle est comme un poisson dans l'eau.



Plan de montage

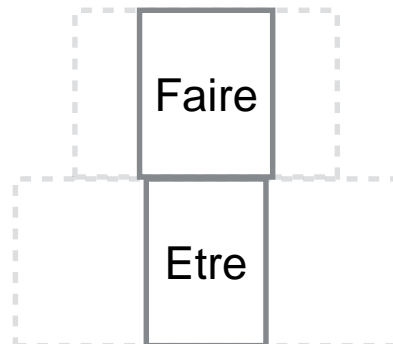
Lorsque le plan de montage n'est pas respecté que ce passe-t-il ?

Si le plan est lu dans un contexte **dépressif** :

La prise d'initiative sera limitée et le faire et le être seront atrophiés.

Le fait de ne pas savoir faire va ..faire baisser la confiance en soi.

Elle devra prouver qu'elle existe et éventuellement développera une "identité" de victime pour être reconnu.



Plan de montage

Lorsque le plan de montage n'est pas respecté que ce passe-t-il ?

Si le plan est lu dans un contexte **dynamique** :

L'erreur classique consiste à nourrir le faire et de s'y identifier :

"Bonjour, je SUIS médecin !"

Et comme la fondation n'est pas stable elle apporte de l'insécurité et la personne à peu ou pas confiance en elle en qui elle est.

Plan de montage

Le fait de faire faire faire va épuiser la personne et son environnement.

Elle devra toujours prouver qu'elle existe en faisant et non en étant simplement là.

La confiance en soi amoindrie est compensée par un ego gonflé ou une fausse modestie qui fait bien.

