



IRPA

Outil de gestion RH

Rapport # 3

Cartographie des compétences émotionnelles (CCE)

CANDIDAT

COMPAGNIE

POSTE

CRHA

Membre agréé

Raymond Brouillard, CRHA



Organisme formateur agréé par la Commission des partenaires du marché du travail.

Certificat d'agrément # 0050452.

© 2002-2017 SYSTÈME DE GESTION R.H. IRPA. Tous droits réservés.

Certificat d'enregistrement # 1117586

www.irpa.pro

Organisation certifiée



IRPA
Outil de gestion RH



CONFIANCE EN SOI

0 **MANQUE DE CONFIANCE EN SOI ? UN RÉSULTAT EN VERT (0 à 2):** vous ne manquez probablement pas de confiance en vous. **UN RÉSULTAT EN JAUNE (3 à 5):** vous manquez probablement de confiance en vous dans certaines situations. **UN RÉSULTAT EN ROUGE (6 à 8):** vous manquez de confiance en vous en de nombreuses occasions. **UN RÉSULTAT EN NOIR (9 à 12):** votre manque de confiance en soi est probablement excessif et à prendre en charge.

AFFIRMATION DE SOI

0 **DÉFICIT D’AFFIRMATION DE SOI ? UN RÉSULTAT EN VERT (8 à 10):** vous témoignez d’une forte affirmation de soi. **UN RÉSULTAT EN JAUNE (5 à 7):** vous témoignez d’une affirmation de soi de niveau moyen. **UN RÉSULTAT EN ROUGE (2 à 4):** votre manque d’affirmation de soi est marqué. **UN RÉSULTAT EN NOIR (0 et 1):** vous souffrez d’un grave manque d’affirmation de soi.

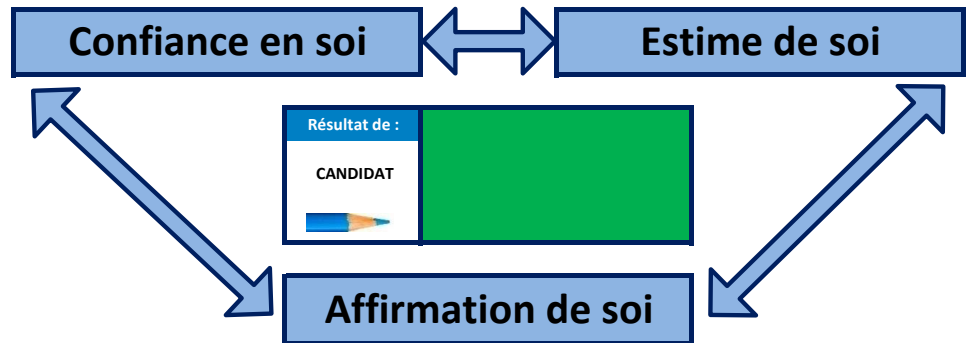
ESTIME DE SOI

0 **MÉSESTIME DE SOI ? – selon l’échelle de Rosenberg, traduite en français par le psychiatre Olivier Chambon . UN RÉSULTAT EN VERT (8 à 10):** vous témoignez d’une forte estime de soi. **UN RÉSULTAT EN JAUNE (5 à 7):** votre estime de soi est moyenne en général. **UN RÉSULTAT EN ROUGE (2 à 4):** vous témoignez d’une estime de soi relativement faible selon certaines situations. **UN RÉSULTAT EN NOIR (0 et 1):** vous témoignez d’une forte mésestime de soi (très faible estime de soi).

Niveau de doute personnel

INDICE DU "NIVEAU DE DOUTE PERSONNEL"

- VERT** Absence de doutes (indice = 0)
- JAUNE** Présence de doutes personnels (indice = entre 10 et 100)
- ROUGE** Forte présence de doutes personnels (indice = entre 110 et 300)
- NOIR** Présence de doutes personnels potentiellement dysfonctionnels (indice = + de 300)



Besoin global de changement et domaines de changement en matière d'estime de soi

Légende

Besoin global de changement			
0 à 4	5 à 10	11 à 16	17 à 21
Faible besoin de changement	Besoin de changement	Besoin marqué de changement	Fort et urgent besoin global de changement

Résultat de : **0**
CANDIDAT

Défense de ses droits et intérêts - Tendance comportementale en relation avec les autres

- VERT (0 à 3)** Personne **FORTEMENT AFFIRMÉE**
- JAUNE (4 à 9)** Personne ayant **TENDANCE À S’AFFIRMER**
- ROUGE (10 à 15)** Personne **MOYENNEMENT INHIBÉE** ou **AGRESSIVE**
- NOIR (16 à 20)** Personne **FORTEMENT INHIBÉE** ou **FORTEMENT AGRESSIVE**

Domaines de changement à prioriser Voir guide p.27

- Besoin de changement dans votre rapport à **VOUS-MÊME** **0%**
- Besoin de changement dans votre rapport à **L’ACTION** **0%**
- Besoin de changement dans votre rapport à **AUX AUTRES** **0%**

Résultat de : **0**
CANDIDAT





Humeur générale



0

Solidité / fragilité du moral de la personne

VERT (0 à 1) Aucun problème avec le moral !! Tout va très bien... **JAUNE** (2 à 4) Apparemment, aucun ou peu de problèmes avec le moral. Que cela vienne de l'inné ou de l'acquis, les émotions de cette personne sont au beau fixe ou ne subissent que très peu de soubresauts. **ROUGE** (5 à 7) Cette personne vit des hauts et des bas et se retrouve parfois empêtré dans le bas... **NOIR** (8 à 10) Les coups de cafard se transforment parfois chez cette personne en petite (ou grande) déprime. Rien ne va plus...

Coefficient d'autonomie et type de dépendance

Reportez-vous au manuel IRPA pour tous les détails concernant le coefficient d'autonomie et les psychodépendances.

Forte autonomie (0 à 14) => **VERT**
Autonomie (15 à 44) => **JAUNE**
Psychodépendance (45 à 74) => **ROUGE**
Forte psychodépendance (75 à 100) => **NOIR**

Coefficient d'autonomie

Résultat de : **CANDIDAT**



0

Type de dépendance

VERT	(0 à 1) =>	Peu ou pas d'impacts relationnels
JAUNE	(2 à 4) =>	Impacts sur les attitudes vis-à-vis autrui
ROUGE	(5 à 7) =>	Impacts sur les comportements sociaux
NOIR	(8 à 10) =>	Dysfonctions relationnelles

TYPE	Besoin fondamental	Résultats de :	0
STÉRILE	<i>être pris en charge</i>		0
ANXIEUX	<i>être rassuré</i>		0
IMMATURE	<i>être approuvé</i>		0
COMPLAISANT	<i>être accepté</i>		0
ALTRUISTE	<i>avoir du pouvoir sur les autres</i>		0

Schémas acquis

NIVEAU DE CONFORT AFFECTIF (besoin d'être aimé)

VERT (3) Confort affectif élevé.
JAUNE (4 à 6) Léger manque affectif.
ROUGE (7 à 9) Carence affective.
NOIR (10 à 12) Forte carence affective.

NIVEAU DE SENTIMENT DE SÉCURITÉ (besoin d'être protégé)

VERT (3) Protégé dans l'enfance; sérénité face au monde.
JAUNE (4 à 6) Schéma de méfiance; schéma d'injustice.
ROUGE (7 à 9) Schéma permanent; doutes sur vous-même et sur autrui pouvant créer des dysfonctions relationnelles.
NOIR (10 à 12) Schéma méfiance, abus et trahison très ancré; grave traumatisme antérieur possible; besoin de support.

NIVEAU DE SUJÉTION (besoin de se réaliser)

VERT (3) Pas de dépendance ou contre-attaque du sentiment de manque de confiance en soi (suresponsabilisation).
JAUNE (4 à 6) Parfois assujéti aux avis et décisions d'autrui.
ROUGE (7 à 9) Fortement assujéti aux avis et aux décisions de l'entourage.
NOIR (10 à 12) Invalidation => dépendance; vous ne faites plus rien sans l'aval de quelqu'un d'autre; ce qui vous amène à toujours douter d'avantage de vous-même.

Gestion des émotions

A - RESSENTIR SES ÉMOTIONS

VERT (0 à 1) Vous êtes bien dans le présent, attentif à l'expérience du moment, bien branché sur vos sens et sur la réalité.
JAUNE (2 à 4) Bonne capacité à "revenir" au présent.
ROUGE (5 à 7) « Décroche » souvent du présent.
NOIR (8 à 10) Trouble dissociatif; vous décrochez souvent de la réalité, de votre corps et de vos sens.

B - IDENTIFIER ET NOMMER SES ÉMOTIONS

VERT (0 à 1) Vous savez reconnaître ce que vous ressentez; la reconnaissance et l'intérêt que vous portez à ce que vous ressentez vous aident à atteindre vos objectifs.
JAUNE (2 à 4) Bonne capacité à identifier les émotions.
ROUGE (5 à 6) Difficulté à identifier les émotions.
NOIR (7 à 8) Alexithymie; difficultés relationnelles et somatisation.

(819) 460-1165

www.irpa.pro

C - ACCEPTER SES ÉMOTIONS

VERT (0 à 1) Vous n'avez pas peur de faire l'expérience de vos émotions; vous savez lâcher prise et vous constatez que les choses s'arrangent d'elles-mêmes, ce qui augmente votre confiance en l'avenir.
JAUNE (2 à 4) Bonne capacité à accepter ses émotions.
ROUGE (5 à 6) Acceptation difficile.
NOIR (7 à 8) Vous luttez contre vos émotions; vous avez du mal à accepter de ressentir tristesse, peur, stress et colère. Vous ressentez peu de joie, peu de plaisir.

Résultat de :

CANDIDAT

Résultat de :	CONFORT AFFECTIF	SENTIMENT DE SÉCURITÉ	NIVEAU DE SUJÉTION
CANDIDAT	0	0	0

Capacité à :

Ressentir ses émotions	Identifier / nommer ses émotions	Accepter ses émotions
0	0	0

