



Nathalie Belleville

*Fondatrice de 360 Conseil et Développement,
Facilitatrice des transformations individuelles et en entreprise*

Email : nathalie@nbelleville-360conseildeveloppement.fr
Tel / Whatsapp : +33 6 63 20 81 08

Félicitations pour votre détermination et votre passage à l'action !

Notre objectif commun : vos résultats concrets et durables et l'accès à votre plein potentiel.

**CONSTRUIRE VOTRE PROSPERITE ET VOTRE PERFORMANCE SUR L'EQUILIBRE ET L'AGILITE,
INDIVIDUELS ET COLLECTIFS**

360 Conseil & Développement accompagne les entrepreneurs, porteurs de projets, et managers dans leur développement et l'accomplissement de leurs objectifs, particulièrement pour faciliter des changements ou transitions.

Pour 360 Conseil & Développement, l'Humain est à la fois l'origine et la finalité de la stratégie, dans toute organisation ou entreprise, par le jeu complexe des inter- et rétroactions.



*Vous avez choisi de mieux vous connaître grâce à la **Méthode des « Cinq éléments »**.*

Mais de quoi s'agit-il ?

**D'une philosophie ancestrale (la pensée taoïste chinoise),
d'une manière de considérer l'Homme dans son environnement,
très pragmatique, et basée sur les principes universels.**

En effet, ce qu'elle propose s'avère **d'une grande utilité dans notre monde contemporain en crise et en perte de repères, grâce à :**

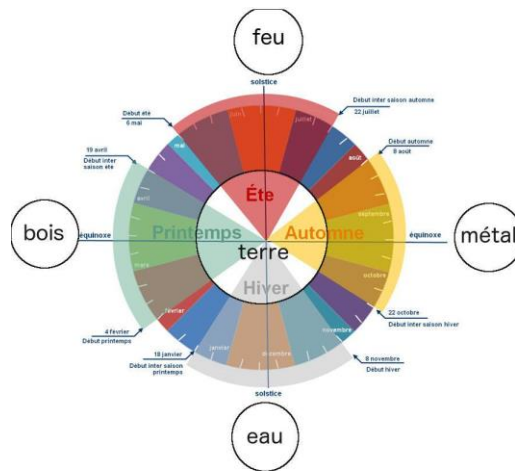
- Une **vision « inversée »** par rapport à notre cadre de référence « occidental », donc **complémentaire** (et non pas opposée)
- Une **ouverture au changement** permanent et à l'incertitude car « la seule chose qui ne change pas, c'est le changement »
- Une **démarche individuelle et collective**, pour le bénéfice de chaque personne, de chaque organisation, et de la société dans son ensemble

Elle s'appuie sur :

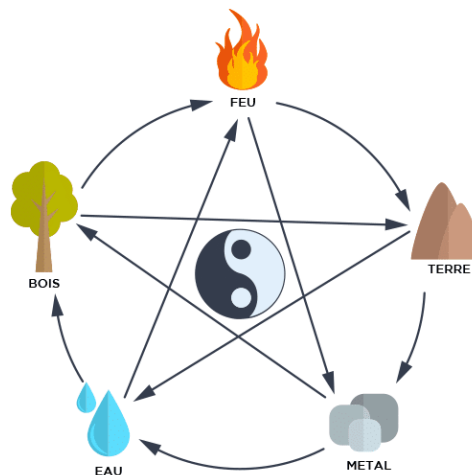
- les **principes Yin et Yang**, complémentaires et non hiérarchisés, car ils s'engendrent mutuellement en permanence



- **Le cycle des saisons :**



- **Les cycles des « éléments » et leurs dynamiques (cycles de création et de contrôle) :**

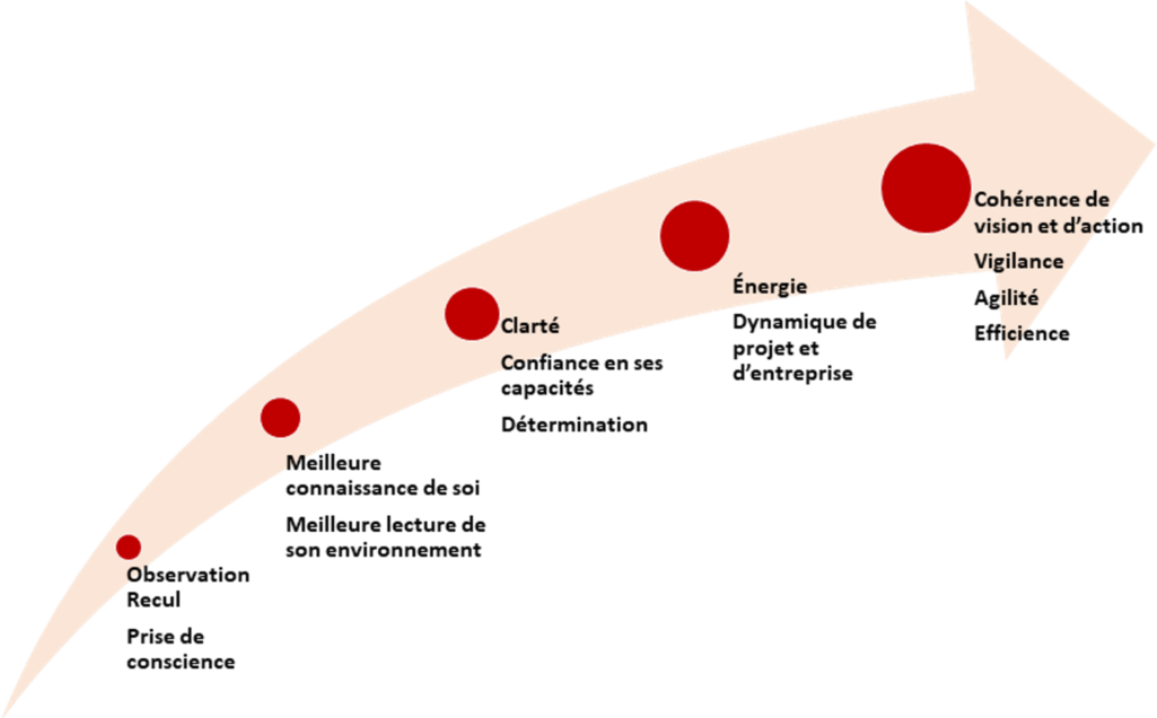


Grâce, à cette approche, nous pouvons comprendre à quel point ces cycles universels nous impactent tous, à différents niveaux :

- Au niveau **individuel, dans les sphères privées et professionnelles**
- Au niveau **collectif : famille, organisations** (association, entreprise), **relations sociales** au sens large
- Aux niveaux **émotionnel, physique et mental** (état d'esprit),

Et surtout comment nous pouvons agir pour ré-équilibrer ce qui doit l'être, en nous et autour de nous.

En synthèse, la finalité et les bénéfices de la stratégie des « Cinq éléments » sont d'impacter fortement l'énergie et la performance en agissant comme une spirale vertueuse :



Important :

***Réservez un espace et un moment calmes, un rendez-vous avec vous-même,
afin de répondre aux questions ci-dessous dans les conditions optimales
de concentration, centrage et sincérité.***

NOM – PRENOM :

DATE DE NAISSANCE :

METIER – ACTIVITE :

SOURCES DE STRESS AU QUOTIDIEN :

ACTIVITES DE LOISIRS / RESSOURCEMENT :

VOTRE NIVEAU D'ENERGIE RESENTI SUR UNE ECHELLE DE 1 A 10 (10 = énergie maximale) :

VOTRE NIVEAU DE STRESS RESENTI SUR UNE ECHELLE DE 1 A 10 (10 = stress intense) :

**VOTRE ETAT EMOTIONNEL RESENTI ACTUELLEMENT = EMOTIONS DOMINANTES,
parmi les 5 émotions de base et leurs « dérivées » : Joie, tristesse, peur, colère, anxiété**

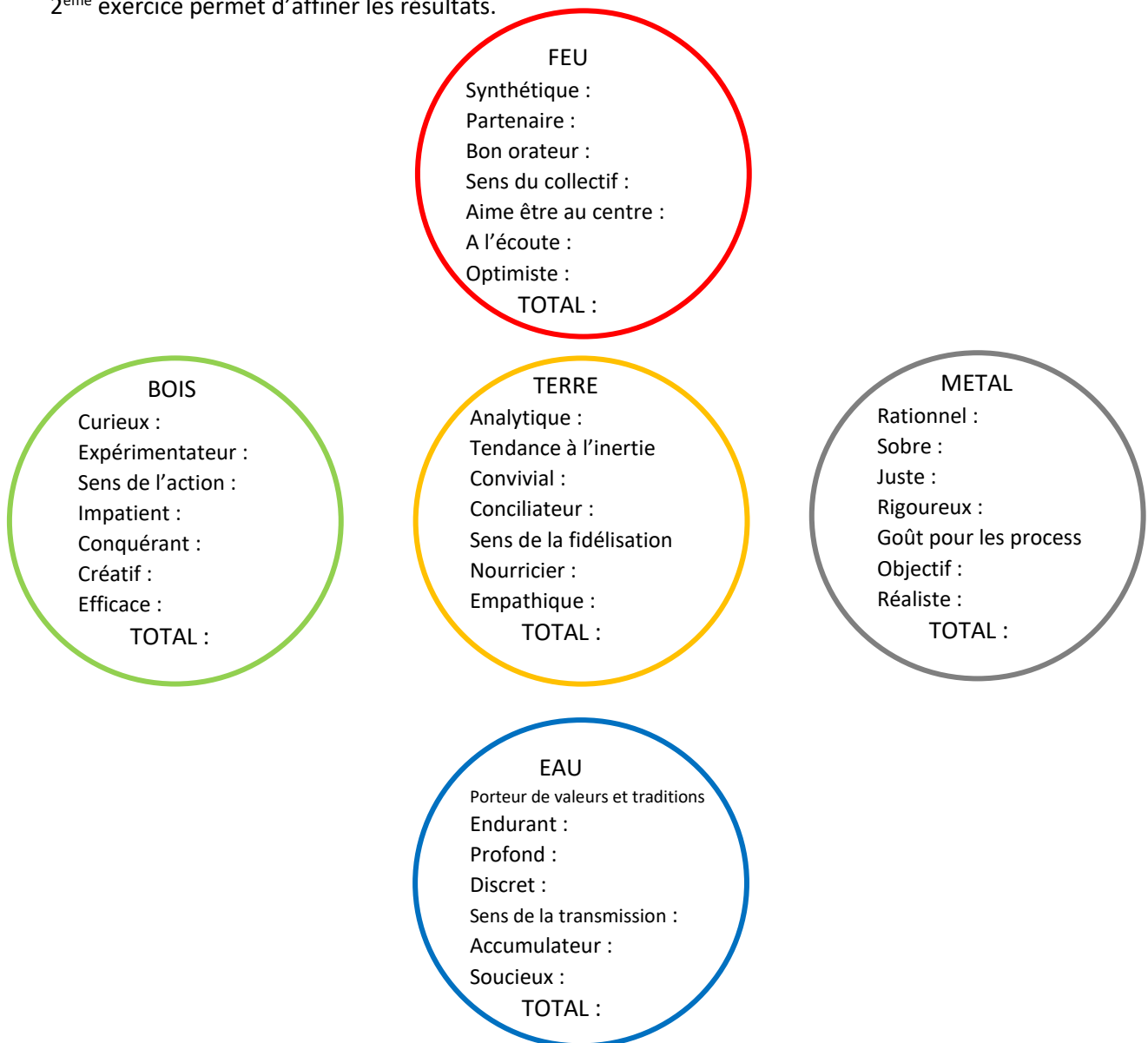
5 ELEMENTS : VOTRE PORTRAIT CHINOIS

1^{ère} approche

Faites votre portrait en repérant les adjectifs ou attitudes qui vous correspondent, dans la liste ci-dessous, en affectant :

- ✓ 3 points quand vous vous reconnaissez dans la proposition
- ✓ 0 si la proposition vous semble neutre
- ✓ -3 points si c'est votre opposé

Faites le total de vos points par élément. En général, on a un élément dominant. En cas d'égalité, le 2^{ème} exercice permet d'affiner les résultats.



2^{ème} approche, pour affiner...

Répartissez 35 points sur ces 35 adjectifs ou attitudes, en fonction de leur pertinence pour vous décrire.

Vous pouvez affecter 35 points sur un seul adjectif, ou 1 point par adjectif. Plus un adjectif parle de vous, plus vous lui attribuez des points.

Conseil : éliminez d'abord les adjectifs qui ne parlent pas de vous en leur attribuant 0, puis répartissez les 35 points sur les autres.

Faites le total des points attribués par colonne.

Curieux		Synthétique		Analytique		Rationnel		Porteur de valeurs et traditions	
Expérimentateur		Partenaire		Tendance à l'inertie		Sobre		Endurant	
Sens de l'action		Aime être au centre		Convivial		Juste		Profond	
Impatient		Bon orateur		Conciliateur		Rigoureux		Discret	
Conquérant		Sens du collectif		Sens de la fidélisation		Goût pour les process		Sens de la transmission	
Créatif		A l'écoute		Nourricier		Objectif		Accumulateur	
Efficace		Optimiste		Empathique		Réaliste		Soucieux	
BOIS		FEU		TERRE		METAL		EAU	

Prise de contact avec votre élément dominant

Nota : un « profil « élémental » n'est pas figé. Il évolue dans le temps, selon les circonstances, ou encore selon ce que vous choisissez volontairement de mettre en valeur.

1. Quel est (quels sont) votre(vos) élément(s) dominant(s) ?
2. Se manifeste(n)t-il depuis longtemps comme dominant(s) en vous ?
3. Après avoir pris connaissance des grandes caractéristiques de chaque élément à l'aide du tableau ci-dessous, approfondissez vos réflexions à l'aide des questions en bas du tableau
* Notez des anecdotes et exemples concrets pour mieux illustrer et éclairer vos impressions

	BOIS	FEU	TERRE	MÉTAL	EAU
PRINCIPES	La croissance, l'ascension, la conquête	Souverain (ciel), culmination, leadership fédérateur	Le centre, les interstices-intersaisons, les liens, le repos, le maternage	La contraction, le recentrage sur l'essentiel	La profondeur, l'intériorité, l'énergie vitale du renouveau, la recomposition
QUALITES	Stratège, conquérant, novateur, mouvement, élan, générosité dans l'action, ténacité, audace, souplesse, créativité	Unificateur, rassembleur autour d'une vision et d'un projet structurant ; esprit de synthèse, intégration, joie, épanouissement, ritualisation, rire	Médiatrice, assimilatrice, pivot, interface, empathie, proximité, bonne humeur	Ordonnateur, rigueur, vérification, focus, frugalité, justice, éthique	Gardienne des valeurs et de la culture, endurance, mémoire, discrétion, puissance, clairvoyance, tolérance
AUTORITE	Meneur d'hommes visionnaire et imaginatif, parfois épuisant, leader en route vers la victoire à un rythme soutenu. <u>En entreprise :</u> vision pour l'entreprise et stratégie de passage à l'action, développement, innovation (Marketing, Commercial, R&D)	Chef d'orchestre, qui met en valeur ses solistes. <u>En entreprise :</u> garant de l'unité et de la cohésion d'ensemble, chargé de l'organisation globale et du développement d'une intelligence collective. (Direction Générale, management)	Ambassadeur ou diplomate, père ou mère nourricier.e. <u>En entreprise :</u> toutes fonctions d'interfaçage et proximité permettant de resserrer les liens ; temps de latence et d'assimilation des nouveautés et de la diversité, de maturation, consolidation entre 2 projets (RH, management de proximité)	Juriste, contrôleur de gestion ou qualité <u>En entreprise :</u> focus et recentrage sur le cœur de métier ; éthique, contrats, règlements ; process, standardisation et formatage ; (Comptabilité, juridique, contrôle de gestion, qualité)	Sagesse d'un dirigeant ou leader qui incarne et transmet les valeurs, la culture, le savoir-faire ; tolérante mais inflexible en cas de mise en danger des valeurs et principes fondateurs. <u>En entreprise :</u> « trésors accumulés » tels que culture, mémoire, vocation, valeurs, savoir-faire, archives, actionariat
ACTIONS	Imaginer, décider, planifier pour entreprendre, conquérir, repousser les limites, sortir du cadre	Ecouter pour agencer de façon harmonieuse et cohérente ; communiquer clairement sur l'organisation, reconnaître et récompenser, mettre en confiance	Nourrir, mûrir, digérer, penser pour assurer les transitions, harmoniser et souder	Evaluer, mesurer, juger, éliminer le superflu ; orienter l'allocation de ressources, séquencer, processer, formater. Objectif : la productivité	Accumuler, filtrer et clarifier, décomposer pour recomposer et renouveler, régénérer (projets, équipes, etc)

*Comment cet élément est-il visible dans votre vie : Personnelle ? Professionnelle ?					
*En quoi est-il : Une force ? Un frein ?					
*Sur la base de cet élément : Quelles sont vos zones d'excellence ? Quels sont vos axes d'amélioration ?					

Fort(e) de ces premiers constats : Que décidez-vous ?

Nous en parlerons et irons plus loin ensemble lors de votre coaching de 30 minutes offert.

*Afin de mieux préparer cet entretien, je vous remercie de me renvoyer vos réponses
24h avant notre rdv.*

Au plaisir d'échanger très prochainement !

*Bien à vous
Nathalie Belleville*