

LA METHODE 4COLORS

LES ORIGINES DE LA METHODE 4COLORS

La méthode 4Colors s'inspire des travaux de Carl Gustav Jung et William Moulton Marston. Jung, célèbre pour sa théorie des types psychologiques, a identifié quatre fonctions principales : sensation, intuition, pensée et sentiment, combinées avec les attitudes d'introversion et d'extraversion. Marston, quant à lui, a développé le modèle DISC, qui classifie les comportements en quatre styles : dominance, influence, stabilité et conformité. La méthode 4Colors combine ces approches en utilisant quatre couleurs (rouge, jaune, vert, bleu) pour représenter les différents profils de personnalité. Cette simplification visuelle permet une meilleure mémorisation et compréhension des concepts psychologiques sous-jacents.

BENEFICES DE L'UTILISATION DE LA METHODE DANS LES RESSOURCES HUMAINES DE L'ENTREPRISE

La méthode 4Colors offre de nombreux avantages en matière de gestion des ressources humaines. Elle permet une meilleure connaissance de soi et des autres, ce qui facilite la communication et la collaboration au sein des équipes. En identifiant les profils de personnalité, les managers peuvent adapter leur style de gestion pour maximiser l'efficacité et le bien-être des employés. Cette méthode aide également à gérer les conflits en comprenant les motivations et les comportements des différents membres de l'équipe. De plus, elle favorise le développement personnel et professionnel, en identifiant les forces et les axes d'amélioration de chacun.

DOCUMENT D'ACCOMPAGNEMENT : VOTRE PROFIL VERT

(Pour celles et ceux qui cultivent l'harmonie et la stabilité)

1. VOTRE ÉNERGIE FONDAMENTALE

Le Vert incarne la force tranquille de la nature : patience, croissance et équilibre. Votre essence : créer des environnements sécurisants où chacun s'épanouit.

Citation clé : "La paix vient de l'intérieur. Ne la cherchez pas à l'extérieur." - Bouddha

2. CE QUI VOUS ANIME VRAIMENT

Votre carburant quotidien :

- Construire des relations authentiques
- Maintenir l'harmonie du groupe
- Agir avec bienveillance dans la durée
 - Vous reconnaissez-vous ? : "Rien ne me réjouit plus que de voir une équipe soudée progresser dans la confiance."

3. VOS SUPER-POUVOIRS... ET VOS DÉFIS

Forces distinctives :

- Écoute empathique exceptionnelle
- Fiabilité inébranlable
- Talent de médiateur naturel

Tendances à moduler :

- Évitement des conflits
- Difficulté à dire non
- Excès de prudence

Exemples concrets :

Métiers où vous excellez : Conseiller RH, infirmier, travailleur social, coach d'équipe

Scénarios gagnants : Résolution de conflits, accompagnement de projets longs, création d'espaces sécurisants

4. VOTRE ÉCOSYSTÈME IDÉAL

Environnement optimal :

- Ambiance calme et coopérative
- Relations de confiance sur le long terme
- Rythme de travail prévisible

Management libérateur :

- Leadership participatif
- Valorisation de la cohésion d'équipe
- Respect de votre besoin de stabilité

5. VOS BESOINS NON-NÉGOCIABLES

Reconnaissances clés :

- Sécurité émotionnelle
- Appartenance à un collectif
- Temps pour construire la confiance

Phrases qui vous propulsent :

- "Ton écoute a sauvé cette réunion."
- "L'équipe compte sur ta bienveillance."

6. MODE D'EMPLOI POUR VOTRE MANAGER

Actions gagnantes :

1. Organiser des rituels de feedback bienveillants
2. Confier des rôles de facilitateur d'équipe
3. Planifier les changements longtemps à l'avance

Pièges absolus :

- Imposer des compétitions individuelles
- Nier l'impact émotionnel des décisions
- Créer des conflits artificiels "stimulants"

Pièges à éviter (par vous-même) :

Risque : Passivité face aux injustices

→ Solution : Pratiquer l'affirmation non-violente (méthode DESC)

Risque : Épuisement par sur-écoute

→ Solution : Bloquer 30 min/jour de "recharge solitaire"

Risque : Résistance paralysante au changement

→ Solution : Lister les avantages concrets par écrit

7. TÉMOIGNAGE MIROIR

- "Ma vie est guidée par la recherche d'harmonie et de stabilité. Ce qui me motive ? Être le ciment invisible qui soude les équipes. Mon comportement est calme et réfléchi - je crois aux solutions gagnant-gagnant. Mon environnement idéal ? Un

espace collaboratif où chacun se sent respecté. Les phrases qui me touchent ? 'Ta présence nous apaise' ou 'Merci d'avoir pris soin du groupe'."

8. POUR APPROFONDIR

Livre : "L'intelligence du cœur" (Isabelle Filliozat) - Maîtriser son empathie

Vidéo : "L'énergie Verte : force tranquille" (Know-Futures®) - Poser ses limites avec bienveillance

Outil : Cercle d'influence (Stephen Covey) - Se concentrer sur l'actionnable