

# L'ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL ARISTOTE

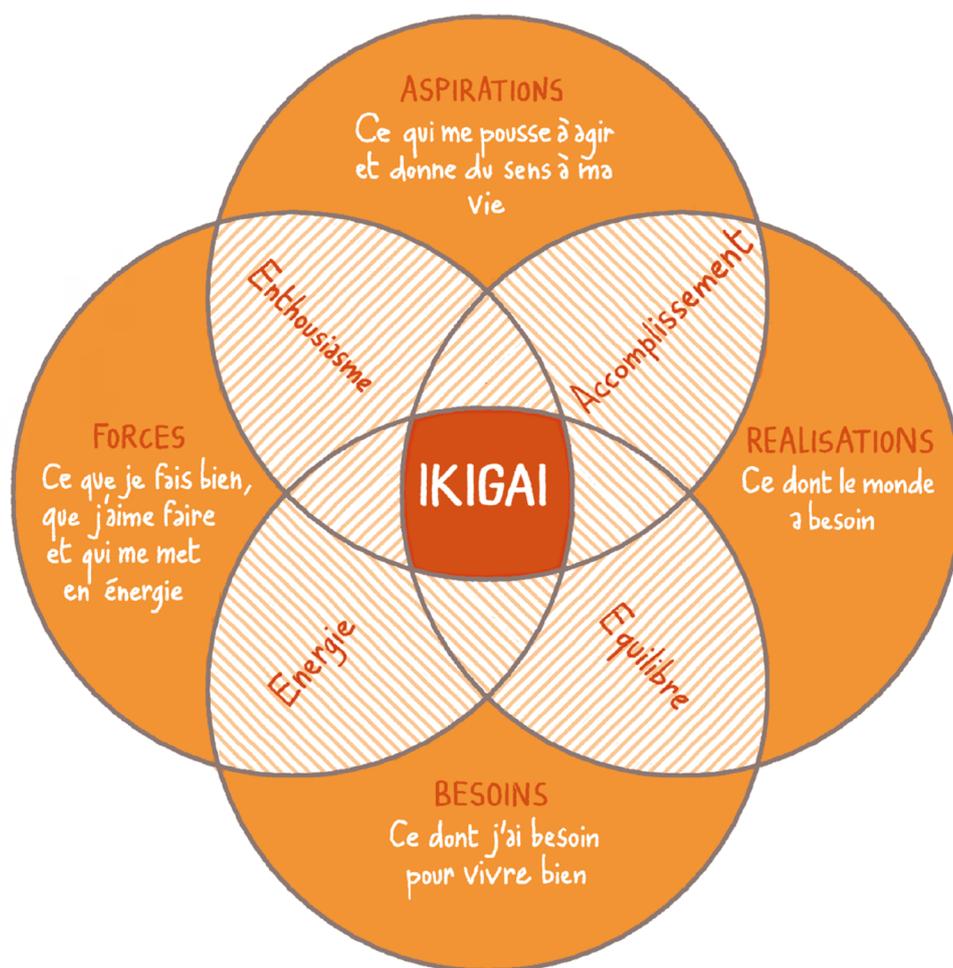
SE CONNECTER AU MEILLEUR DE SOI,  
DÉVELOPPER SA DYNAMIQUE PROFESSIONNELLE  
ET S'ACCOMPLIR

# TROUVER SA VOIE D'ACCOMPLISSEMENT AVEC LA DEMARCHE ARISTOTE



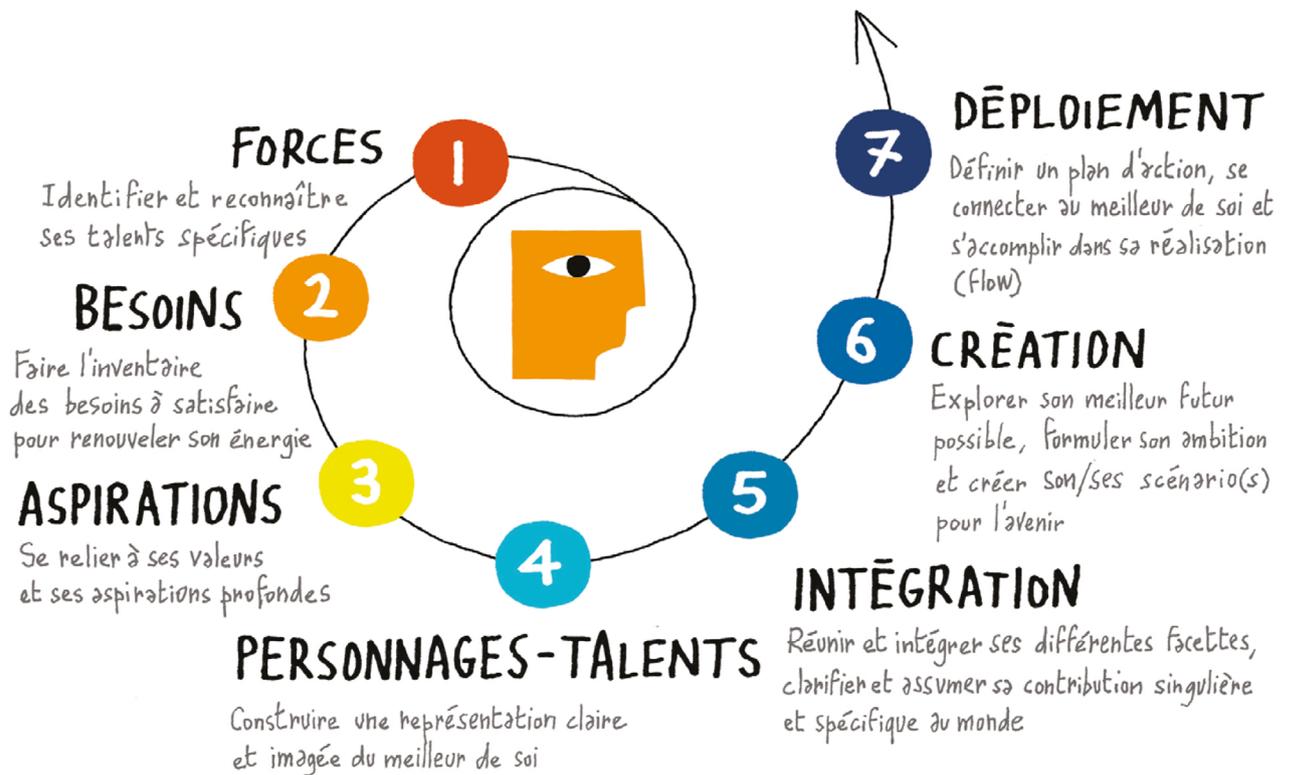
L'approche Aristote a été conçue pour aider toute personne en réflexion sur son accomplissement, sa dynamique professionnelle, son leadership personnel ou encore un projet d'évolution.

**Le processus permet de développer le potentiel singulier de chacun dans une direction porteuse de sens et de l'inscrire durablement dans une dynamique de réussite et d'accomplissement de soi.**



L'**IKIGAI** désigne dans la culture japonaise la raison d'être, la joie de vivre, ce qui donne envie de se lever le matin.

# L'ACCOMPAGNEMENT ARISTOTE : UN PROCESSUS EN 7 ÉTAPES



Le parcours Aristote s'inscrit dans une durée de 12 à 18h.

Tout au long du processus, une plateforme en ligne guide le travail personnel entre les sessions et un Cahier Aristote au format numérique permet de consigner les avancées.

S'élabore ainsi progressivement une représentation de plus en plus complète, fine et précise des différentes dimensions qui font notre singularité.

Chacune des facettes identifiées est illustrée sous la forme d'un « personnage-talent » qui regroupe un ensemble cohérent de forces, de valeurs, d'expériences de réussite auquel peuvent être associés des vulnérabilités. La démarche permet ainsi d'initier une transformation vers plus d'engagement, de sens et d'impact.

En amont du parcours, il est indispensable d'avoir un entretien de cadrage des objectifs afin de s'assurer que l'approche Aristote répond bien aux attentes et besoins du client.

# LES 7 PRINCIPES QUI GUIDENT L'ACCOMPAGNEMENT ARISTOTE

## PRINCIPE D'APPRÉCIATION POSITIVE

Le principe premier du Strengths Based Management est que de meilleurs résultats sont produits lorsque les individus sont mobilisés, concentrés et qu'ils utilisent leurs plus grandes forces, celles qui ont déjà produit des succès dans le passé. Pour chacun de nous, la plus grande marge de progression est dans notre zone de plus grande force.



## PRINCIPE DE SINGULARITÉ

En s'appuyant notamment sur la construction de « personnages-talents® », le processus met l'accent sur la prise de conscience par la personne de ce qui fonde sa singularité. Il favorise un processus d'individuation, c'est à dire la réalisation de soi dans « ce que nous avons de plus personnel et de plus rebelle à toute comparaison » selon l'expression de Carl Jung.



## PRINCIPE D'ÉNERGIE

Nous croyons que les talents profonds, les forces, les compétences propres se révèlent dans des moments de grâce et de succès. L'énergie circule alors avec puissance et fait oublier le temps qui passe. Cette sensation de « flow » décrite par le psychologue américain Csikszentmihalyi signale que notre potentiel se déploie pleinement.



## PRINCIPE DE CRÉATIVITÉ

Nous utilisons des techniques de créativité (collages, photo langage, jeu de cartes, exercice de narration de soi, construction de ses personnages-talents®) pour stimuler autant le cerveau droit que le cerveau gauche et développer l'intuition. Nous ouvrons la personne à son inspiration et son élan de vie pour qu'ils viennent féconder la réflexion sur priorités et choix de vie.



## PRINCIPE D'ALIGNEMENT

La démarche invite à se connecter au meilleur de soi, cette connexion n'est pas qu'intellectuelle. La conscience de la valeur de notre contribution spécifique au monde permet d'aligner le cœur, la tête et le corps. Ce processus est essentiel puisqu'il engage une transformation personnelle : un sens profond donné à son action, une nouvelle cohérence personnelle qui génère charisme et énergie.



## PRINCIPE D'ACCOMPLISSEMENT ET DE SENS

Suivant la pensée d'Aristote, nous croyons que le développement de nos aptitudes, de ce qui est bon et vertueux en nous, nous ouvre à l'expérience d'un épanouissement. Cette réflexion est reprise par Martin Seligman, père de la psychologie positive qui démontre dans ses recherches que les personnes les plus heureuses sont celles qui déploient leurs talents au service du « plus grand qu'eux-mêmes » dans une vie riche de sens : « meaningful life ».



## PRINCIPE DE RESPONSABILITÉ

Conscient de sa singularité, la personne prend alors la pleine responsabilité de son potentiel unique. L'approche invite à passer d'une logique d'adaptation à l'environnement à une logique d'accomplissement de soi en mettant ses forces au service des « besoins du monde », c'est-à-dire du projet collectif de l'entreprise.

# LES BÉNÉFICES

Dynamique personnelle. Confiance en soi et foi dans l'avenir.

Connaissance de soi et de ses forces.

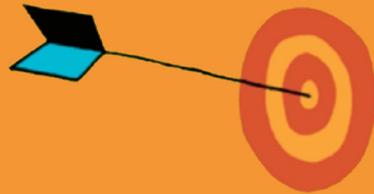
Capacité à présenter et raconter le meilleur de soi.

Initiative, développement de façons nouvelles et singulières de tirer profit de ses forces pour surmonter les obstacles et remporter des défis.

Puissance et leadership

Ancrage, authenticité, et cohérence.

La capacité d'exprimer clairement et précisément sa singularité, ses aspirations, son projet.



# TÉMOIGNAGES

« La méthode a permis d'identifier les différents personnages qui composent ma personnalité. Cette méthode est extrêmement douce et se vit sans contrainte. Elle m'a donné des pistes essentielles pour réorienter ma carrière professionnelle. »

*Directeur Général au sein d'un groupe de BTP*

« En résumé, la démarche m'a aidé à y voir plus clair sur 2 points majeurs. D'abord, la découverte – car cela en était une – de la singularité de mes talents (et l'appropriation de ces derniers) m'a aidé à me remettre en selle sur mon projet professionnel, retourner à mes "amours":

celui du chef d'entreprise, créateur et entrepreneur. Ensuite, la question du sens, très importante pour moi. Les dernières sessions de travail m'ont aidé à y répondre en choisissant une approche "humaniste" consistant à faire réussir de jeunes chefs d'entreprise dans leur projet entrepreneurial en les accompagnant avec une dimension éthique.

Une dynamique s'est ré-enclenchée pour moi. »

*Chef d'entreprise dans le secteur des services*

« Alors que je me trouvais dans une période de transformation complète : changement de cap professionnel, rupture familiale, nouveau lieu de vie (perte de repères, de vision et de vitalité), le programme Aristote a été un tremplin à ma reconstruction, en complément de la thérapie. Grâce aux personnages-talents, je me suis ré-appropriée mon identité et ma singularité. Je joue avec chacune des parties de moi, pour utiliser mes forces et mes talents à bon escient et au bon moment. »

*Business development manager*