

Vous êtes maintenant familiarisé avec le mode de pensée CSP® : l'humain, en tant qu'empilement de poupées russes.

En prenant en compte les trois niveaux purement comportementaux, c'est-à-dire l'humain, le mammifère et le reptile, le modèle de la personnalité triunique cohérente se superpose au cerveau triunique décrit par Mac Lean.

En effet, seule une cohérence de fonctionnement de ces trois entités permettra au sujet d'être à l'abri du burn-out.

Nous avons vu que le système nerveux se programme par le plaisir. Il est donc important, afin d'affirmer la cohérence de la personnalité triunique, que chacun des stades soit satisfait, en état de bien-être.

Or, les motivations profondes de chacun de ces niveaux ne sont pas identiques.

Afin de connaître le stade dominant de votre personnalité triunique, voici un exercice. Sur une échelle de 1 à 5, attribuez une note aux affirmations suivantes :

Pour vous, il est important dans le cadre de votre travail ou de votre vie privée de

- 1) Résoudre des problèmes, apporter des solutions
- 2) Aider les autres
- 3) Être augmenté régulièrement
- 4) Envisager du changement régulier
- 5) Gérer une équipe
- 6) Avoir la sécurité de l'emploi
- 7) Proposer de nouvelles idées
- 8) Avoir un patron juste et équitable
- 9) Recevoir des primes pour ma rentabilité
- 10) Prendre mes décisions moi-même
- 11) Entretenir des relations amicales avec mes collègues
- 12) Bénéficier d'avantages en plus du salaire
- 13) Faire beaucoup de choses variées
- 14) Améliorer le bien-être des autres
- 15) Avoir des conditions de travail confortables et agréables