

La saga des 7 émotions

Connaissez-vous les 7 émotions de Paul Hekman ? La joie, la peur, la colère, le dégoût (crainte, répulsion), la surprise, la tristesse et la force autoritaire ? Nous les exprimons tout au long de notre vie en fonction de notre immense personnalité et des situations ou des personnes rencontrées.

Mais avez-vous déjà fait l'exercice de les associer à certains personnages ou signes connus pour mieux les ressentir, les comprendre, vous comprendre vous-même et décrypter ce que cherche à dire votre entourage familial, personnel et professionnel ?

Par François CHARLES

Coach, conseil, formateur et auteur en stratégie et management

Nous exprimons nos émotions face respectivement à un accomplissement ou une satisfaction ; à l'insécurité ou le danger ; un inconfort ou un manque de considération ; à une toxicité ou une attraction forcée ; à une nouveauté, une élévation, une promotion ; à un abandon ; à une perte. à une prise de territoire.

La joie attend contact, caresses, confirmation quand la peur attend réassurance, attention, protection ; quand la colère attend action réparatrice alors que la crainte attend de l'assurance, que la surprise

Retrouvez cet article sur <http://novial.overblog.com>

attend un accompagnement et que la tristesse attend affection, consolation, reconnaissance.

Si l'émotion authentique ne fonctionne pas et n'obtient pas de signe satisfaisant le besoin psychologique correspondant, elles utiliseront un sentiment racket. La joie ira par exemple vers le positivisme, la peur vers la bouderie, la tristesse vers l'angoisse et la colère vers le colérisme.

Elles sont sept. Qu'y a-t-il d'autre de sept ?

Que diriez-vous des 7 merveilles du monde ? J'attribuerai volontiers la joie au temple d'Artémis à Ephèse, la peur à la pyramide de Khéops, la colère à la statue de Zeus à Olympie, la crainte au phare d'Alexandrie, la surprise aux jardins de Babylone, la tristesse au mausolée de l'Halicarnasse et la force au colosse de Rhodes.

Préférez-vous les 7 nains ? Je verrais bien dans l'ordre Joyeux, Timide, Grincheux puis Atchoum, Simplet, Dormeur et Prof. A moins que vous soyez plutôt Chakras ? Je classerais bien l'eau, le feu, la vibration l'air, l'éther, l'esprit, la terre.

Je sens parmi certains la curiosité des 7 péchés capitaux où j'associerai respectivement ces émotions à l'envie, la

paresse, la colère, la gourmandise, l'avarice, l'orgueil et la luxure.

Aimez-vous la couleur ? Que diriez-vous de vert, rouge, marron, orange, jaune, bleu et violet ?

Puis enfin la musique avec Abraham Paul, Haydn, Mahler, Kuentz puis Vivaldi, Liszt, Wagner...

Je vous laisse la liberté d'imaginer ces correspondances avec les 7 mercenaires, 7 personnages de notre cher village gaulois (Astérix, Obélix, Agecanonix, Ordralphabétix, Falbala, Assurancetourix et Abraracourcix), 7 des 9 chevaliers de la vraie table ronde ou celle de Kaamelott (Lancelot, Karadoc, Peceval, Leodagan, Merlin, Behort, Arthur), ainsi que les 7 sens (ouïe, toucher, vue, gout, odorat, mental et intuition).

Et si vous désirez aller plus loin, rendez-vous sur l'hyper-matrice transactionnelle que j'ai mise au point pour trouver les liaisons entre 7 outils de typologies de personnalités MBTI, AT, Enneagramme, PCM, TMS, Morpho, PNL.

Savez vous aussi que le chiffre 7 est symbole de plénitude pour l'église catholique où l'on trouve souvent 7 bougies ?

mars 2013