



Certification : praticien ANC

Questionnaire de préparation

Après avoir suivi les Fondamentaux de l'ANC vous êtes réputés susceptibles de répondre aux questions suivantes qui reprennent l'ensemble des thématiques abordées durant votre formation.

Certaines questions demandent une réponse précise, d'autres vous invitent à la réflexion. Logiquement, les réponses à ces dernières sont plus ouvertes et évolueront en fonction de votre expérience et de votre contexte.

Certaines questions sont sensiblement redondantes, ce n'est pas un piège mais plutôt une manière de vous inviter à considérer une même question sous différents points de vue.

Nous vous invitons à y répondre de manière personnelle et en groupe de pair afin de confronter vos hypothèses et d'affiner vos réponses.

Lors de la certification, nous choisirons 6 questions. Dans la mesure où les questions sont distribuées à l'avance, nous serons particulièrement attentifs dans la correction à votre réflexion personnelle.

La certification est organisée comme suit : plusieurs fois par an nous organiserons une session. Pour vous joindre à une session, il est nécessaire de vous signaler aux différents secrétariats nationaux au minimum 10 jours à l'avance. Au jour dit et à l'heure précise, nous vous enverrons un mail avec les questions et un login Skype où un formateur sera disponible si vous avez une question. Deux heures plus tard, vous enverrez par mail vos réponses au secrétariat de votre pays.

Cet examen est basé sur la confiance, nous vous demandons donc de travailler à cahier fermé et seul(e) ! L'objectif que nous poursuivons est de vous placer dans une situation aussi proche que possible de la réalité : il est difficile de fouiller dans ses fardes face à un interlocuteur !

Bonne préparation !



1. Quels sont les façons de fonctionner, les caractéristiques et les dimensions du Mode Mental Automatiques et celles du Mode Mental Adaptatif ?
2. Mr X a 40 ans et est pilote professionnel. Il vous contacte car il a une course importante dans 10 jours et il se sent très stressé. Comment allez-vous vous y prendre ?
3. Qu'est-ce que la Gestion des Modes Mentaux ?
Quels en sont : les principes, les critères diagnostics utilisés pour identifier les modes mentaux à l'oeuvre, les applications, les limites ?
4. Pourquoi sommes-nous stressables en Mode Mental Automatique ? Que veut dire spécifiquement le terme « stressable » dans le cadre de l'ANC-ce-que cela veut dire « stressable » ? Quelle(s) solution(s) s'offre(nt) à nous ? Expliquez et illustrez avec un exemple.
5. Quelle est l'origine du stress cognitif selon l'ANC ?
6. Quel différence y-a-t-il entre un stress cognitif et un stress reptilien selon l'ANC ?
7. Quels sont les symptômes (pensées/ émotions/ comportements) associés à chaque type de stress ?
8. Quels pensées /phrases typiques peut-on associer à chaque type de stress ?
9. Donnez une définition claire du STRESS, selon l'approche ANC.
Illustrer par 1 exemple.
10. La pyramide Moyens-Exigences :
 - Expliquez le principe de fonctionnement de cet outil à l'aide d'un exemple.
 - D'un point de vue cérébral, quel est l'objectif de cet exercice ?
 - Dans quels cas l'utiliserez-vous ?
11. Mme Y vient vous voir car elle a un problème relationnel avec sa collègue. Mme Y trouve Mme X très irrespectueuse envers elle. Elle voudrait que la situation change...que Mme Y change. Comment allez-vous vous y prendre pour aider Mme Y ?
12. Pourquoi le triangle pensée/comportement/émotion est-il un outil de diagnostic fiable des tenants ?
13. Quels sont les différentes étapes dans un accompagnement avec l'ANC ?
Illustrer chaque étape à travers un dialogue imaginaire.
14. Comment expliquer la procrastination à partir de l'ANC, que proposer à quelqu'un qui procrastine
15. Quels sont les critères fiables qui permettent de distinguer le métacontenant paléolimbique du métacontenant néolimbique ?
16. Mr X a 40 ans et vient de recevoir son licenciement après une carrière de 15 ans dans la même société. Il est stressé, anxieux par rapport à son avenir professionnel. Comment pourriez-vous vous y prendre pour aider Mr X à gérer sa situation professionnelle ?.../
- 17.



18. Dans l'offre d'emploi ci-joint, quel serait selon vous **la combinaison 'idéale' de Personnalités Primaires et Secondaires pour le job** ? Justifiez votre réponse.

Responsable Commercial (Casablanca)

Entreprise

Leader national depuis 1989, A... est le pionnier incontesté dans la distribution des plastiques, des métaux ainsi que la fourniture de tous les supports destinés à la communication visuelle, à la décoration, et à l'aménagement des espaces, Forte de notre savoir-faire, acquis d'une part à travers une accumulation d'expériences diverses, et d'autre part grâce à une forte cohésion de ses équipes, nous avons su répondre aux défis de l'évolution des différents secteurs :

- Communication visuelle,
- Bâtiment,
- Industrie.

Dans le cadre de notre développement constant, nous recrutons nos futurs Responsables Commerciaux.

Nous vous offrons l'opportunité de donner de l'élan à votre carrière, participez dès à présent à notre démarche de performance en nous rejoignant.

Poste

Rattaché à la Direction Générale, vous serez en charge des activités suivantes :

- Participer à l'élaboration de la politique commerciale, marketing et approvisionnements;
- Vendre et promouvoir les produits A... aux utilisateurs professionnels et aux administrations ;
- Assurer le suivi des commandes, le recouvrement des créances auprès des clients ;
- Lancer les nouveaux produits auprès des prescripteurs
- Constituer et alimenter en continu, une base de données projets sur le territoire national, en établissant des indicateurs d'évolution ;
- Etablir les reportings hebdomadaires et trimestriels sur les tournées terrains et visites clients sur tout le territoire national ;
- Remonter les informations liées à la performance des produits Alumetaux utilisés dans les projets, et ceux de la concurrence ;
- Assurer la remontée et le suivi du traitement des réclamations.

Profil recherché

De formation scientifique ou technique de minimum Bac + 4 en gestion commerciale, vous justifiez d'une expérience de 2 ans minimum dans la vente dans un environnement industriel.

Compétences et qualités requises



- Vous maîtrisez l'outil informatique,
- Vous êtes motorisé, mobile et disponible de suite,
- Vous êtes installé à Casablanca.

Rigueur, sens de responsabilité et capacité d'écoute sont des atouts clés pour la réussite dans ce poste.

Nous vous offrons l'opportunité de travailler dans un cadre de travail motivant, fondé sur la valorisation des potentiels et des compétences.

19. Qu'est-ce qu'une personnalité primaire ?
20. Décrivez les caractéristiques d'une personne ayant une fuite empêchée secondaire.
21. Dans le cadre d'un entretien d'embauche, comment obtenir des informations fiables sur la motivation d'une personne à obtenir un poste ?
22. Comment diminuer les réactivités liées à une personnalité secondaire.
23. Jacques est en transition professionnelle suite à une restructuration de la société de consultance informatique qui l'emploie depuis 5 ans. Il vient chez vous pour mieux connaître ses forces et ses faiblesses à un niveau personnel en vue de se lancer comme consultant indépendant dans le même secteur.
Il a les personnalités suivantes :
 - Fuite empêchée primaire
 - Inhibition réussie primaire
 - Activation réussie primaire
 - Activation empêchée secondaire
 - Inhibition réussie secondaireQue lui conseillerez-vous et expliquez pourquoi ?
24. Qu'est-ce qu'une anti-valeur? Comment la traite-t-on ? Illustrer par un exemple.
25. Les personnalités primaires en ANC.
26. Quels sont les critères diagnostiques qui différencient une personnalité primaire (tempérament) d'une personnalité secondaire (caractère)?
Développer la Fuite réussie, l'Activation Empêchée, la Fuite Empêchée et la Lutte Empêchée.
Donner pour chacune un exemple.
27. Qu'est-ce qu'une dépression « molle » en ANC ?
Quels sont les critères diagnostiques ? Quelles en sont les causes ? Comment la traite-t-on ? Exemple illustré détaillé.
28. Comment questionner une personne pour avoir des informations sur ses secondaires ?
29. Comment reconnaître une secondaire bonne case d'une secondaire Mauvaise case ?
30. Que signifie l'absence de motivation générale dans la vie, malgré la résolution progressive des Hypos d'un patient ? Evoquez les différentes hypothèses que cela vous suggère et les attitudes thérapeutiques adaptées.



31. Dans l'Inventaire de Personnalités de Bruno ci-dessous, mettez en évidence ses principales ressources et ses principaux freins. Quelles pistes d'accompagnement proposeriez-vous à Bruno?

8 Biotypes	Intolérances	Freins	Dynamique comportementale								Motivation				
			-10	-8	-6	-4	-2	0	2	4		6	8	10	
Philosophe AR	Pessimisme Exigences sociales Obligations	43					75								Epicurisme Positivité Recul
Novateur AE	Irrationalité Irresponsabilité Incohérence	62		0											Conception Vision globale Responsabilité
Animateur FR	Contrainte Rigueur Répétition	39				15	30								Mouvement Créativité Liberté
Gestionnaire FE	Imprévu Insécurité Changement	35		15	0										Organisation Sécurité Anticipation
Stratège LR	Dysharmonie Petitesse Irrespect	66		18	17										Leadership Respect Harmonie
Compétiteur LE	Infériorité Inefficacité Médiocrité	68				25									Efficacité Compétition Originalité
Participatif IR	Autonomie Rejet Technicité	44				83									Fidélité Affectivité Synergie
Solidaire IE	Egoïsme Abus de pouvoir Inactivité	63				33									Générosité Solidarité Aide



32. Dans l'offre d'emploi ci-joint, quel serait selon vous **la combinaison 'idéale' de Personnalités Primaires et Secondaires pour le job** ? Justifiez votre réponse.

Enligne depuis 30/08/2012 - Postulez avant 26/09/2012

Job id: 12428424

Team Manager Requirements Online/Mobile Banking

chez [ING](#)

Description de l'entreprise

Votre environnement de travail chez ING...

ING Belgique joue, en tant que première banque universelle directe, un rôle de chef de file sur le marché belge. La banque propose à ses clients un large éventail de produits et services financiers par le biais du canal de distribution (Internet et agence) de leur choix. La clientèle d'ING Belgique se compose aussi bien de clients retail et Private Banking que d'entreprises de petite, moyenne ou grande envergure.

Le département Direct Channels est responsable de l'expérience en ligne des clients sur [ing.be](#), ainsi que de leurs impressions en matière d'Online Banking et de Mobile Banking. L'équipe couvre tous les clients d'ING Belgique et figure à la base de la réalisation de la stratégie.

Votre équipe se compose d'environ 10 analystes business/channel qui définissent les exigences pour les projets stratégiques affectant [ing.be](#), l'Online Banking et le Mobile Banking. Pour définir ces exigences, l'équipe collabore avec tous les segment owners, avec Product Management, avec Marketing... (pour l'aspect commercial), ainsi qu'avec les architectes et analystes (pour l'aspect IT).

Description de la fonction

- > vous dirigez, coachez et motivez une équipe jeune et dynamique d'analystes business channel et de requirement engineers
- > vous établissez une expertise et de bonnes pratiques en matière de définition d'exigences, de gestion et d'analyse business
- > vous suivez l'évolution du marché dans votre domaine et améliorez les méthodes de travail actuelles
- > par le biais de votre équipe, vous fournissez des exigences business et d'utilisateur qualitatives ainsi que les spécifications pour les projets dans le secteur très évolutif du Mobile Banking, de l'Online Banking, d'[ing.be](#)... tant pour la clientèle retail que professionnelle

Profil

Vous recherchez...

une fonction dans le secteur bancaire en tant que responsable d'équipe, dans laquelle vous dirigez une équipe responsable de la définition des exigences et de l'analyse business pour des projets dans le secteur de l'Online Banking/du Mobile Banking ?

Vous êtes aussi quel

- > est orienté clients
- > a un esprit d'analyse
- > est un challenger né,
- > est capable de diriger d'exécution
- > est orienté résultats

Et vous avez...

- > un diplôme universitaire ou une expérience pertinente équivalente
- > au moins cinq ans d'expérience en gestion de personnel, coaching et développement de personnel
- > au moins cinq ans d'expérience en définition d'exigences business et d'utilisateur, en analyse business et/ou en exécution de projet
- > des connaissances approfondies en définition d'exigences et en méthodologie de gestion, ainsi que de l'expérience en la matière
- > un intérêt particulier et avéré pour les nouveaux médias, Internet et les canaux en ligne
- > une excellente connaissance du néerlandais, du français et de l'anglais

... dans ce cas, vous êtes notre nouveau **Team Manager Requirements Online/Mobile Banking**



33. Dans l'offre d'emploi ci-joint, quel serait selon vous **la combinaison 'idéale' de Personnalités Primaires et Secondaires pour le job** ? Justifiez votre réponse.

ANALYST ARCHITECTURE & SECURITÉ **at CREDIT AGRICOLE - LANDBOUWKREDIET**

Description de l'entreprise

Le Crédit Agricole est une banque qui, sans négliger sa mission de partenaire privilégié des agriculteurs et des horticulteurs, n'a cessé de se développer pour devenir la banque de tous les particuliers et de toutes les entreprises, qui dispose des moyens pour réaliser ses ambitions. Forts de notre assise coopérative, nous sommes convaincus qu'une relation personnalisée fondée sur le respect mutuel finit toujours par porter ses fruits. Une approche dans laquelle s'inscrit parfaitement notre gamme complète de produits financiers de qualité.

La banque est en pleine expansion et pour cela nous engageons de nouveaux collaborateurs talentueux qui ont envie de développer leur carrière chez nous.

Description de la fonction

- Vous participez au processus d'élaboration, de publication et d'actualisation de l'Architecture Générale et de la Politique de Sécurité ICT, ainsi qu'à leur implémentation et au contrôle de leur application.

- Dans le cadre des Architecture et Politique de Sécurité, vous menez de manière autonome l'élaboration des standards et règlements, des études, choix et schémas qui seront appliqués à tous les systèmes et processus ICT de la Banque.

- En relation avec les organismes de contrôle et les partenaires de la Banque, vous menez des projets d'amélioration de la sécurité, concernant les données, les réseaux, la cryptographie, etc.

- Vous êtes en contact avec les autres équipes IT pour la mise en place de tous nouveaux projets/programmes (analyses d'impact et de risque, estimation des coûts, recherche d'alternatives, conformité aux politiques architecturale et de sécurité, participation à l'élaboration du dossier analyse,...).

- Vous participez à la mise en place d'un système de reporting évaluant en permanence l'état de conformité des serveurs, réseaux et applications.



Profil

- Vous êtes universitaire dans une orientation informatique (licence en informatique) ou une orientation avec l'informatique en option (ingénieur civil, licence en économie, en sciences, ingénieur commercial...) ou vous avez une expérience équivalente.
- Vous êtes intéressé par les aspects fonctionnels autant que techniques de l'architecture d'une entreprise, vous pouvez analyser, élaborer et promouvoir des améliorations sur toutes les couches d'une infrastructure, et vous pouvez comprendre et piloter l'acquisition et l'implémentation de systèmes complexes.
- Vous avez connaissance des concepts de la sécurité ICT, de la cryptographie, des techniques et produits utilisés pour protéger les données, les processus et les infrastructures, ainsi qu'une expérience de Active Directory et LDAP.
- Des connaissances des méthodologies et standards ITIL, COBIT, ISO/IEC 27002, ISC, TOGAF constituent un atout supplémentaire.
- Vous avez des connaissances d'analyse fonctionnelle, de programmation, de DDL et DML, et de scripting UNIX, Linux et Windows.
- Vous êtes trilingue F/N/A (comprendre et parler), vous rédigez correctement dans au moins deux de ces langues, et vous pouvez animer une réunion ou une présentation en NL et FR.
- Vous avez une expérience en gestion de projets et en gestion d'une équipe.

Offre

Vous savez ce que vous voulez et ce que vous valez. Vous cherchez une entreprise vous donnant les moyens de montrer toute la mesure de vos talents. Au Crédit Agricole, vous êtes à la bonne adresse. En effet, attentif à vos aspirations et à vos ambitions, le Crédit Agricole vous offre le soutien et les formations dont vous avez besoin pour vous affirmer. De quoi aller de l'avant!

Nous vous proposons ci-dessous une liste de points susceptibles de retenir votre attention:

- Un salaire compétitif avec des avantages extra-légaux, revu chaque année sur base de l'évaluation des prestations
- Des formations variées : bancaires, techniques, en communication, en management, etc...
- Les membres du personnel sont régulièrement informés de la politique menée par la banque, des diverses actions et initiatives en cours ou à venir, des résultats, de l'évolution du paysage bancaire...
- Une bonne accessibilité en voiture et par les transports en commun (gratuits). Une navette gratuite est organisée entre le siège et la Gare du Midi
- Des horaires flexibles et un environnement de travail flexible

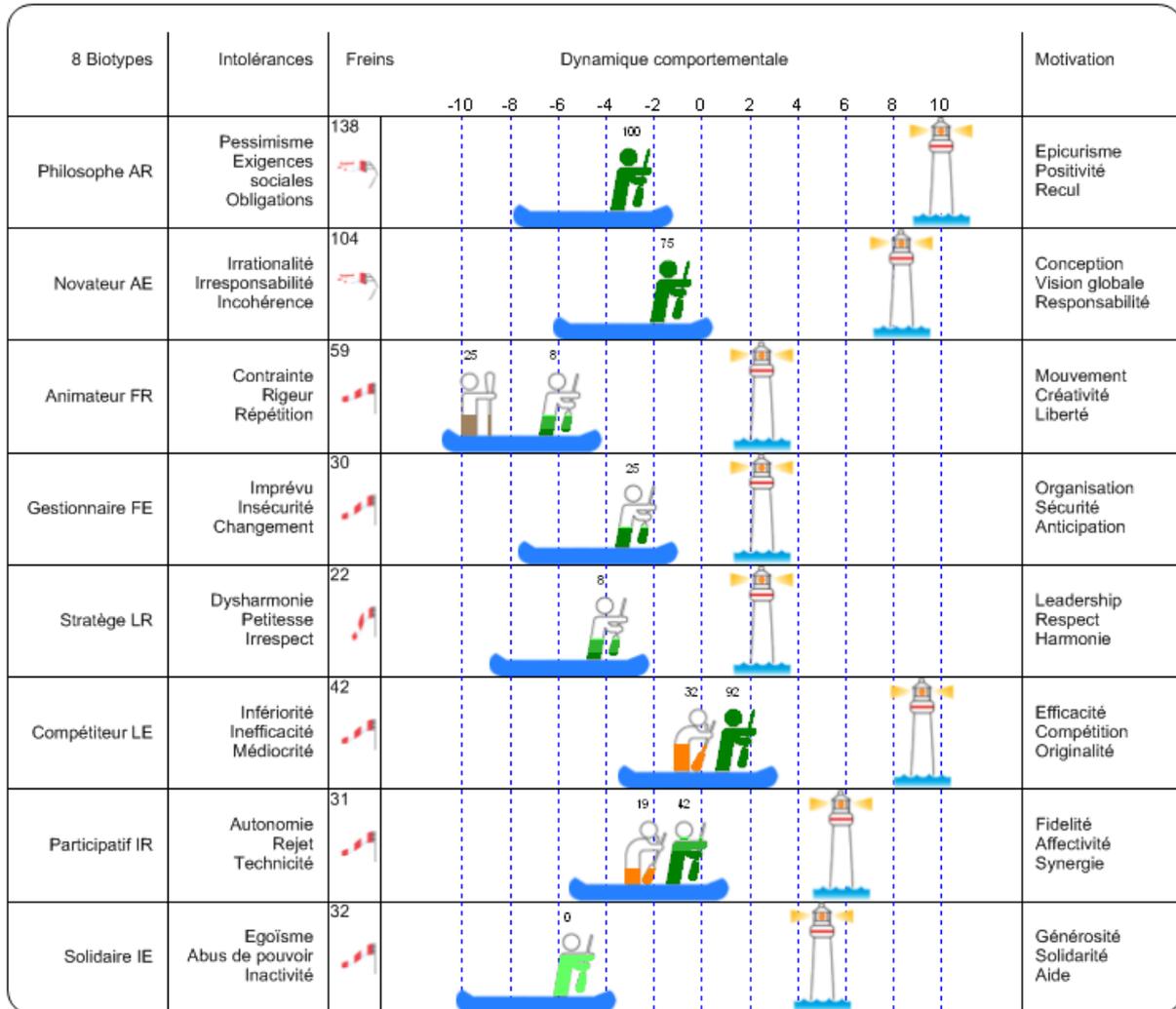


34. Ajouter une question sur la communication par rapport à l'Hr, la RH, comme c'est ds le nouveau déroulé, mais, ce n'est pas dans le manuel
35. M. X a 32 ans. Vous avez diagnostiqué un hypo sur la « persévérance dans ses objectifs ». Il a également des hypos sur « l'expression des émotions », « l'incompétence », « les cris stridents » et « ceux qui font répéter parce qu'ils sont inattentifs ». Il a également des hypers sur « le sport d'équipe », « la mode », « l'informatique » et « la poésie ». Quelle(s) hypothèse(s) de modélisation proposez-vous ? Décrivez et argumentez votre stratégie thérapeutique et imaginez quelques exercices.
36. La répression d'Hyper :
Qu'est-ce la Répression d'Hyper ?
Quels sont les signes diagnostiques ?
37. On peut confondre une Répression d'Hyper avec un Hypo.
Pouvez-vous expliquer dans quel cas ?
Comment éviter cette confusion et/ou s'assurer du diagnostic de Répression d'Hyper ?
38. Depuis 10 ans, Christine est infirmière dans le service maternité d'un grand hôpital bruxellois. Suite à des restrictions budgétaires, le nombre d'infirmières dans le département a fortement diminué. Afin de pouvoir assumer tous les soins, Christine passe de moins en moins de temps avec chaque maman et son nouveau-né. Elle doit aussi travailler de plus en plus vite. Enfin, l'augmentation de la charge de travail engendre des tensions au sein de l'équipe.
Christine vient vous voir car depuis quelque temps elle se sent démotivée et envisage une réorientation professionnelle.
Christine présente les personnalités suivantes :
- Activation réussie primaire
 - Fuite empêchée primaire
 - Inhibition réussie primaire
 - Lutte réussie secondaire
 - Inhibition réussie secondaire

Quel bilan faites-vous de ses forces et faiblesses ? Qu'est-ce qui peut expliquer sa démotivation ? Que lui conseillerez-vous concrètement au niveau de sa réorientation ?



39. Dans l'Inventaire de Personnalités de Philippe ci-dessous, mettez en évidence ses principales ressources et ses principaux freins. Quelles pistes d'accompagnement proposeriez-vous à Philippe ?



40. Quels sont les critères fiables qui permettent de diagnostiquer un hyper ? Quels sont ceux qui permettent de diagnostiquer une **personnalité primaire** ? Sur base de quels critères allez-vous distinguer l'hyper de la personnalité primaire ? Illustrez avec un exemple.

41. Pendant 10 ans Jean a été responsable d'une petite équipe (5 personnes) Recherche et Développement au sein d'un grand groupe alimentaire. Suite à une restructuration il y a quelques mois, son département a fusionné et il gère désormais 25 personnes. Au sein de sa nouvelle équipe il y a beaucoup de conflits et frustrations suite à cette réorganisation.

Alors qu'avant il avait le temps de se consacrer à la recherche, aujourd'hui il passe la majorité de son temps à gérer son équipe : délégation, évolution des



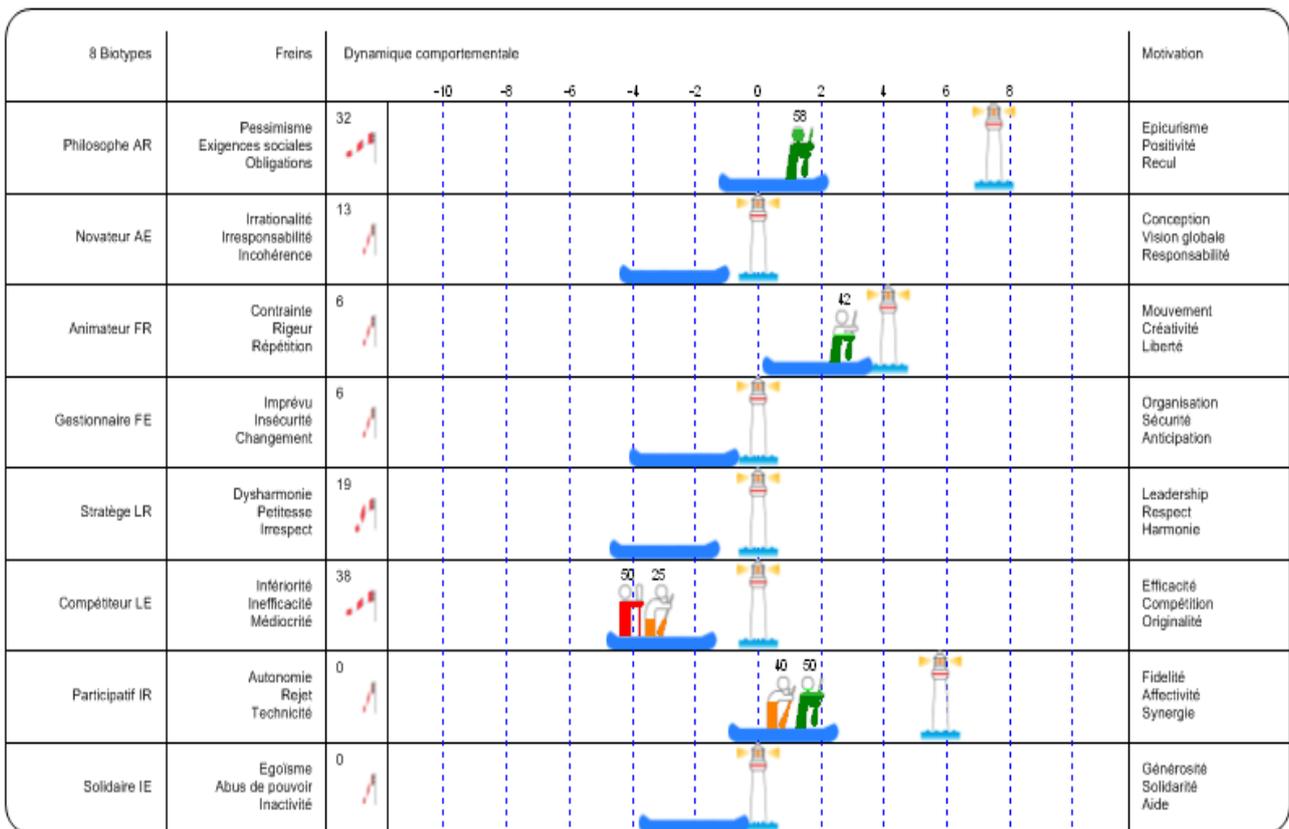
compétences, gestion des insatisfactions et des conflits d'intérêts ... tout cela lui fait prendre du retard dans l'avancement des projets.

Depuis quelque temps Jean se sent démotivé et envisage une réorientation professionnelle. C'est la raison pour laquelle il vient vous voir. Jean présente les personnalités suivantes :

- Activation empêchée primaire
- Lutte réussie primaire
- Lutte empêchée primaire
- Fuite empêchée secondaire
- Lutte réussie secondaire

Quel bilan faites-vous de ses forces et faiblesses ? Qu'est-ce qui peut expliquer sa démotivation ? Que lui conseillerez-vous concrètement au niveau de sa réorientation ?

42. Dans l'Inventaire de Personnalités de Mme S ci-dessous, mettez en évidence les ressources, les freins et les pistes d'accompagnement?



43. Quels sont les critères fiables qui permettent de diagnostiquer un hypo et une répression d'hyper ? Illustrez avec un exemple.

44. Que signifie « rendre un hyper efficace » ? Comment peut-on y parvenir ? Quelles sont les indications pour mener à bien cette consigne ? Comment s'inscrit-elle dans une stratégie globale de traitement des hypers ?



45. On peut confondre une répression d'Hyper et un échec d'Hyper .
Quelles sont les similitudes et les différences (diagnostic et traitement) ?
46. Quelle est la fonction d'un hyper ?
Décrivez les 4 phases de l'hyper en illustrant avec un exemple.
47. Imaginez quelqu'un avec un **Hyper qui porte sur le fait de recevoir des compliments**. Expliquez concrètement comment cette personne va se comporter en phase 1, 2, 3 et 4 de son hyper.
48. Imaginez quelqu'un avec un **Hyper qui porte sur le fait de nettoyer**. Expliquez concrètement comment cette personne va se comporter en phase 1, 2, 3 et 4 de son hyper
49. Comment gérer une crise de larme lors d'un entretien ?
50. Quelle est la bonne attitude face à une personne en état instinctif de Lutte ?
51. Que ne surtout pas faire face à une personne en état instinctif de Fuite ?
52. Comment aborder une personne en stress d'inhibition ?
53. Comment faire la différence entre agressivité défensive et offensive ?
54. Mme Y vit un harcèlement moral de la part de Mme X, une collègue. Mme Y est épuisée et éprouve des difficultés à lui dire non. Quelles hypothèses pouvez-vous formuler sur ce qui se passe entre Mme Y et Mme X ? Comment allez-vous vous y prendre pour aider Mme Y?
55. Qu'est-ce que le positionnement grégaire en ANC ? Donnez : sa définition, son origine, sa fonction. Décrivez un positionnement, ses critères diagnostiques, les risques pathologiques qu'il induit et les attitudes thérapeutiques possibles.
Décrivez ses particularités, son utilité dans la préparation et le déroulement des exercices comportementaux de gestion du PG. Illustrez par un exemple avec patient de PG dominant de niveau 2.
56. Sur base de quels critères fiables allez-vous différencier la lutte reptilienne d'un positionnement grégaire dominant?
57. Que signifie avoir un PG soumis, décrivez les niveaux.
58. Mettez-vous, le temps de répondre à cette question, dans la peau d'une personne ayant un Positionnement Grégaire Soumis (PGS).
Que pensez-vous de vous-même et des autres ?
Quels sont les comportements que vous allez adopter ?
Quels sont les avantages d'un PGS ? Quels en sont les inconvénients en fonction des différents niveaux ?
59. 2 personnes travaillent au sein d'une même équipe, l'une a un Positionnement Grégaire (PG) Soumis et l'autre un PG Dominant. Elles ont toutes les 2 le même niveau hiérarchique.
Imaginez leur relation : quels vont être les comportements, pensées, ressentis qu'elles vont avoir l'une vis-à-vis de l'autre ?
60. Bernard se plaint régulièrement de réveils nocturnes, il dit s'inquiéter, avoir peur de ne pas pouvoir assumer, faire face à ses responsabilités professionnelles. D'après-vous, quel(s) est/sont les contenants qui pourraient expliquer les inquiétudes de Bernard ? Justifiez vos hypothèses.
61. Expliquer et illustrer le principe de « l'effet rebond » du positionnement grégaire.
62. Qu'est-ce que la Communication Sémantique ?



Définition, exemples, applications.

63. Comment expliquer le modèle ANC du stress à un enfant de 8 ans ?
64. Décrivez les comportements et signes reconnaissables de ces 2 états : une personne en stress d'Inhibition et une personne en PGS (positionnement grégaire soumis) ? Quels sont les critères différentiels de ces 2 états ?
65. Que signifie la survenue aiguë de stress (Etats d'Urgence de l'Instinct) au cours d'un travail de thérapie ou de coaching ANC ? Evoquez les différentes hypothèses, argumentez les diagnostics différentiels. Quelle attitude faut-il adopter ? Décrivez, autour d'un exemple, le déroulement d'une telle phase diagnostique et sa gestion.
66. Proposez un cas qui présente les caractéristiques suivantes dans une modélisation (hypos, PG, Hypers, RH, MM Adaptatif) cas réel ou imaginaire) et construisez une stratégie thérapeutique à partir de là. Argumentez, décrivez, pronostiquez les atouts, difficultés et risques
67. Mlle. X a 42 ans. Elle souffre d'un sentiment de douleur morale depuis plusieurs mois, au sujet d'une rupture sentimentale. Son ex-ami lui reproche d'être passive et peu motivée pour résoudre ses problèmes. Elle se sent alternativement insouciante ou fautive et inintéressante.
- Vous avez diagnostiqué chez elle un hypo sur le « fait de couper la parole ». Elle a également des hypos sur « la technique et l'informatique », « la jalousie », « les cris des enfants capricieux » et « ceux qui font répéter parce qu'ils sont inattentifs ».
- Ses structures de personnalité primaires exprimées sont par ordre décroissant d'intensité Inhibition Réussie (65%), Activation Réussie (45%) et Fuite Empêchée (35%).
- Les secondaires sont Inhibition Réussie (55%), Inhibition Empêchée (50%), Activation Réussie (48%), Lutte Réussie (40%) et Fuite Empêchée (40%).
- Son PG est axial à 1/5 et soumis à 2 ou 3/5.
- Proposez et argumentez une modélisation compatible avec ce tableau, en expliquant les principaux diagnostics différentiels à surveiller. Et développez, en illustrant par des exemples, les grandes lignes d'une stratégie thérapeutique.
68. En quoi l'ANC est-elle une approche « contenantants » ? Expliquez et illustrez à travers 4 cas.
69. Quelles hypothèses envisagez-vous pour expliquer le comportement d'une personne qui procrastine (remettre à demain ce que l'on pourrait faire le jour même) ? Illustrez votre démonstration par un exemple.
70. Mme Z a 67 ans. Elle souffre d'un deuil pathologique depuis la mort de son mari il y a trois ans. Elle ressasse des souvenirs douloureux et se culpabilise de ce qu'elle n'a pas fait et aurait dû faire. Elle ne voit plus ses amis ni ceux de son mari, elle n'ose pas se montrer car elle n'assume pas d'avoir « beaucoup changé » et grossi. Elle a peur de les embêter et se sent exclue car elle est seule désormais et eux en couple. Elle garde un plaisir de lire mais elle n'écoute plus de musique ni ne sort.
- Avant, elle aimait voyager, elle était un professeur passionné qui enflammait ses étudiants sur l'histoire de l'art. Elle ne supporte pas l'idée de vieillir et songe à se suicider certains soirs, sans se sentir le courage de le faire. Elle espère malgré tout sortir de sa dépression et c'est pour cela qu'elle consulte, sans y croire. Elle trouve



ridicule de parler de ses problèmes et elle reste volontiers silencieuse pendant ses séances.

Modélisez (par hypothèses argumentées et induisant des questions pour les valider) et proposez une stratégie thérapeutique illustrée autour d'une hypothèse.

71. M. X a 17 ans. Il est lycéen. Depuis un an, il souffre de sentiment d'irréalité et d'une grande difficulté de concentration. Il n'éprouve plus de plaisirs ni de motivation pour rien, même s'il reste un bon élève. Cet épisode a commencé suite à la consommation d'une drogue. Il a fait ce qu'il appelle un *bad trip* avec angoisse, palpitations, nausées et hallucinations terrifiantes.

Ses parents sont convaincus qu'il fume encore. Lui affirme qu'il a arrêté sa consommation, qui était, dit-il, débutante et limitée, mais les symptômes (sentiment d'irréalité et difficulté de concentration) ne se sont pas arrêtés. Il a consulté divers pys et spécialistes qui lui ont parlé de spasmophilie, ont tenté divers traitements et psychothérapie sans succès notable.

Sa personnalité primaire (tempérament) est en Fuite Réussie et en Activation réussie. Sa secondaire (caractère) est en Lutte Empêchée et en Fuite Empêchée. Il a des Hypos sur le non-contrôle, la souffrance. Il se dit aussi claustrophobe. Il est susceptible. La vie lui paraît vidée de son sens. Il a même en quelques idées de suicide.

Détaillez les hypothèses diagnostiques que vous faites.

Enoncez et argumentez les questions complémentaires que vous pourriez poser pour les confirmer.

Enfin développez la stratégie thérapeutique que vous envisageriez face au diagnostic le plus probable à vos yeux.

72. Mme X est éducatrice. Elle s'occupe d'enfants et adolescents handicapés. Elle doit faire face à des situations très diversifiées et parfois dangereuses ou violentes. Récemment, elle a ressenti une intense culpabilité lorsqu'elle a dû « monter la voix » et exercer une certaine violence physique pour maîtriser une situation de groupe. Depuis, elle ressent une agitation interne, elle fait des cauchemars où elle se voit provoquer un accident, une blessure grave, être accusée de faute professionnelle. L'évocation de la situation lui est pénible et provoque des larmes et sanglots difficiles à contrôler.

Elle a par ailleurs des personnalités en :

- Activation Réussie primaire
- Inhibition Empêchée primaire
- Lutte réussie secondaire

Elle a des comportements Hypofonctionnels sur :

- La violence (agacement)
- L'arrogance

Pouvez-vous proposer une modélisation diagnostique et stratégique ?

Enoncez et argumentez quelques questions complémentaires que vous pourriez poser pour les confirmer.

Pouvez-vous ensuite décrire un exercice thérapeutique (cognitif ou comportemental) et son les précautions de mise ne œuvre qu'il nécessite



73. Mme X se dit victime d'un problème professionnel de harcèlement moral. Ses structures de personnalité primaires exprimées sont Lutte Réussie et Inhibition Protégée. Son vécu est celui d'un sentiment de douleur morale durant depuis plusieurs mois. Elle est agacée par les comportements intrusifs. Son PG est marginal à 1/5 et dominant à 1/5. Proposez et argumentez une modélisation compatible avec ce tableau, en expliquant les principaux diagnostics différentiels à surveiller. Et développez les grandes lignes d'une stratégie thérapeutique.
74. Comment faire le diagnostic différentiel entre
Le méta contenant néo limbique et le méta contenant paléo limbique
75. A l'occasion de la visite des parents, Michèle se rend à l'école de son fils de 10 ans. Elle est un peu anxieuse en attendant son tour car dernièrement les résultats scolaires de son fils sont nettement moins bons et elle ne comprend pas pourquoi. L'institutrice lui dit que depuis quelque temps son fils a une attitude fainéante et nonchalante en classe. Suite à cette remarque Michèle s'énerve, c'est plus fort qu'elle. Elle insulte l'institutrice d'incapable et lui dit que c'est à elle de faire en sorte d'intéresser les enfants en classe. Dans la voiture, sur le chemin du retour, Michèle pleure et se sent coupable d'avoir réagi comme ça ... mais cette remarque l'a vraiment blessée.
Faites la liste de tous les contenants qui entrent en jeu dans cette situation. Justifiez vos hypothèses. S'il y a plusieurs possibilités, précisez les éléments supplémentaires dont vous auriez besoin pour affiner votre diagnostic.
76. Expliquez et illustrez par un exemple ce qu'est un « contenant » dans l'Approche Neurocognitive et Comportementale?
En quoi cette notion rend-elle l'ANC particulièrement puissante ?
L'agressivité est un vécu qui peut-être généré par les contenants suivants : **Lutte reptilienne, Positionnement Grégaire Dominants, Hypo, Répression d'Hyper, Personnalité secondaire (Mauvaise Case)**. Pour ces 5 contenants, expliquez pour quelle(s) raison(s) on est agressif et spécifiez les pensées associées à cette agressivité.
77. Expliquez ce qu'est un « contenant » dans l'Approche Neurocognitive et Comportementale.
En quoi cette notion rend-elle l'ANC particulièrement puissante ?
La culpabilité est un vécu qui peut-être généré par les contenants suivants : **Positionnement Grégaire Soumis, Répression d'Hyper, Personnalité secondaire (Mauvaise Case)**. Pour ces 3 contenants, expliquez pour quelle(s) raison(s) on se sent coupable et spécifiez les pensées associées à cette culpabilité.
78. Expliquez ce qu'est un « contenant » dans l'Approche Neurocognitive et Comportementale.
En quoi cette notion rend-elle l'ANC particulièrement puissante ?
« Se sentir incapable de faire quelque chose » est un vécu qui peut, entre autres, s'expliquer par les contenants suivants : Inhibition reptilienne, PG Soumis, Personnalité secondaire, Hypo, Répression d'hyper, Préfrontal. Précisez pour chaque contenant énuméré l'état d'esprit avec lequel cela sera vécu ?
79. Pierre est chef d'entreprise. Il gère 45 personnes. Il vient vous voir car il se met dans des colères terribles lorsqu'il est confronté à l'incompétence.



Expliquez pourquoi Pierre est stressé.

Qu'es- ce que ce stress signifie ?

Comment l'aideriez-vous à faire face à ce problème ? Faites plusieurs propositions.

80. Expliquez ce qu'est un « contenant » dans l'Approche Neurocognitive et Comportementale.

En quoi cette notion rend-elle l'ANC particulièrement puissante ?

« Préparer un repas pour 20 personnes » : expliquez avec quel état d'esprit cette situation est vécue au travers des contenants suivants : Inhibition reptilienne, PG Axial, Personnalité primaire, Hypo, Répression d'hyper, Préfrontal

81. Expliquez ce qu'est un « contenant » dans l'Approche Neurocognitive et Comportementale.

En quoi cette notion rend-elle l'ANC particulièrement puissante ?

« S'isoler du groupe » est une attitude qui peut, entre autres, s'expliquer par les contenants suivants : Fuite reptilienne, PG Marginal, Personnalité primaire, Personnalité secondaire, Répression d'hyper, Préfrontal. Précisez pour chaque contenant énuméré l'état d'esprit avec lequel cet isolement sera vécu ?

82. Sur base de quels **critères fiables** pouvez-vous distinguer **une peur d'origine paléolimbique d'une peur d'origine néolimbique ?**

83. Expliquez ce qu'est un « contenant » dans l'Approche Neurocognitive et Comportementale.

En quoi cette notion rend-elle l'ANC particulièrement puissante ?

« **Procrastiner (remettre au lendemain ce que l'on peut faire aujourd'hui)** » est une attitude qui peut, entre autres, s'expliquer par les contenants suivants : **Inhibition reptilienne, PG Dominant, Personnalité secondaire, Hypo, Répression d'hyper, Préfrontal**. Précisez pour chaque contenant énuméré l'état d'esprit avec lequel cela sera vécu ?