



Alain Emery Copyright		Version 1.5 06.09.2011
 Comment ça marche		

Note importante :

La représentation qui suit est une conception (parmi d'autres) permettant de façon simplifiée de présenter le fonctionnement de l'être humain.

Cette vision a pour intérêt de faciliter la compréhension de la complexité humaine.

Mais simplifiée ne veut pas dire réducteur, car nous ne tombons pas dans des clichés ou des schémas trop simplistes qui altérerait la réalité de l'être humain.

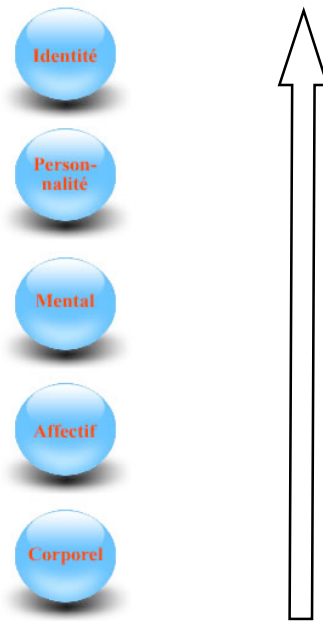
Un être humain a plusieurs dimensions

L'être humain n'est pas simplement un être composé de chair, il a une complexité qui se présente sur plusieurs niveaux et dimensions.

Dans ce modèle, il est représenté en 3 dimensions afin de rendre plus lisible le tout.

Nous avons tout d'abord 5 niveaux dans la compréhension de l'homme :

- Au niveau le plus matériel et palpable nous avons tout ce qui est lié au **corps** avec ces cellules,
- Le niveau suivant est la partie **affective** de l'être avec les sentiments, émotions, désirs...
- Ensuite le **mental** avec par exemple la faculté de penser,
- Puis nous avons tout ce qui est lié à la **personnalité**,
- Et enfin la partie **identité** qui représente nos attentes profondes, la vision que nous voulons pour notre vie.



Ces niveaux sont graduels et vont progressivement de la matière à l'immatériel.

Chaque niveau va contenir un certain nombre de sphères représentant des concepts et des représentations permettant d'expliquer certains aspects de l'individu.

Exemple : Nous avons une sphère qui se nomme "désirs", celle-ci représente tous les désirs que l'homme peut avoir dans sa vie.

Les sphères sont bien sur en interrelations et s'influencent mutuellement.

Alain Emery - Copyright - 2010 - Version 5.0



Chaque sphère va ensuite avoir une dimension nouvelle qui sera plus approfondie.

Lorsque nous entrons dans cette nouvelle dimension, nous irons du plus simple au plus complexe. C'est-à-dire que nous entrerons de plus en plus dans le détail du fonctionnement d'une sphère.

Par exemple la sphère personnalité va contenir 4 sous sphères. Et chacune de ces sous sphères contiendra à son tour un nombre plus ou moins important de sphères.

Alain Emery - Copyright - 2010 - Version 5.0



Ensuite à l'intérieur de chaque sphère, nous trouverons 5 rubriques contenant des informations spécifiques :



Comment ça marche

Comprendre les principes et concepts de base de la sphère



Connaissance de soi

Mieux se connaître en prenant du recul par rapport à soi



Pistes de réflexion

Des exercices pratiques pour approfondir la rubrique précédente



Mise en pratique

Des conseils pratiques pour se mettre en action



Pour aller plus loin

Des liens internet, une bibliographie pour approfondir la thématique

Chacun peut ainsi explorer à son rythme, selon ses besoins les zones qui l'intéressent !