

ANALYSER ET PROFILER LES GENS



**Comment lire en n'importe qui
comme dans un livre en utilisant
des méthodes éprouvées de la PNL
et de la psychologie humaine**

MATHIEU PERRAT

Analyser et profiler les gens

Comment lire en n'importe qui comme dans un livre en utilisant des méthodes éprouvées de la PNL et de la psychologie humaine

Mathieu Perrat

SOMMAIRE

SOMMAIRE

AUTRES LIVRES DE MATHIEU PERRAT

INTRODUCTION

CHAPITRE 1 : SE CONNAÎTRE SOI-MÊME POUR APPRENDRE À CONNAÎTRE LES AUTRES

- A. COMMENT SE CONNAÎTRE SOI-MÊME?
- B. COMMENT RECONNAÎTRE VOS FORCES ET FAIBLESSES
- C. LES GESTES QUI VOUS TRAHISSENT

CHAPITRE 2 : COMPRENDRE LA COMMUNICATION NON-VERBALE

- A. ANALYSE ET INTERPRÉTATION PSYCHOLOGIQUES DES COMPORTEMENTS CORPORELS
- B. COMMENT LIRE LE LANGAGE DU CORPS
- C. COMMENT DÉVELOPPER UNE COMMUNICATION NON-VERBALE POSITIVE ?

CHAPITRE 3 : ANALYSER LES GENS GRÂCE AUX TECHNIQUES DE COLD READING

- A. LES 13 COMMANDEMENTS DU COLD READING
- B. COMMENT VOUS-PROTÉGER DU COLD READING ?

CHAPITRE 4: COMMENT ÉVALUER LES PERSONNES?

- A. LES DIFFÉRENTS TYPES DE PERSONNALITÉS
- B. COMMENT PROFILER LES GENS?
- C. EXERCICES PRATIQUES POUR APPRENDRE À MANIPULER

CHAPITRE 5 : ANALYSER LES INDIVIDUS EN MILIEU PROFESSIONNEL

- A. CERNEZ VOS COLLÈGUES EN 6 QUESTIONS
- B. COMMENT DÉCRYPTER SON SUPÉRIEUR ?

CHAPITRE 6 : APPRENEZ À DÉTECTER LE MENSONGE À COUP SÛR

- A. MENSONGES ET DÉTECTION DE MENSONGES
- B. DÉCRYPTER LES TECHNIQUES DU MENSONGE ET DE LA MANIPULATION SELON LA SCIENCE DU MENTALISME

Autres livres de Mathieu Perrat

En vente sur Amazon.fr :

Le Manipulateur : Techniques pour manipuler les gens par la persuasion, le Contrôle Mental et la PNL

<https://www.amazon.fr/dp/B08974KDWT/>

Pilote de ligne : Passer et réussir les sélections Cadets et Pro de pilote de ligne

<https://www.amazon.fr/dp/B0884H5MQ4/>

INTRODUCTION

Avez-vous déjà eu l'impression soudaine que l'on vous mentait ? Que l'on vous cache quelque chose ? Un jour, par exemple, vous êtes avec votre fiancé(e) qui vous explique pourquoi il (elle) ne peut pas vous accompagner à une soirée. Et tout en l'écoutant, vous ne pouvez pas vous empêcher de penser "Ah, j'aimerais bien pouvoir lire dans ses pensées..."

Un autre jour, vous êtes avec des amis et l'un d'entre eux, Fred raconte une histoire. Tout à coup, une idée surgit dans votre esprit : "Je ne sais pas pourquoi, mais je parie que Fred nous ment. C'est du bluff ! "

Tous les autres vous diraient : "Mais non, tu te fais des idées. Fred n'est pas comme ça..." Mais vous vous méfiez quand-même. Et souvent, la suite des événements vous donne raison... Peut-être que cette personne a envoyé malgré elle des "signaux" suspects. Peut-être que son regard était différent... Ou alors peut-être que ses mains n'arrêtaient pas de bouger. Tous ces signes, vous les avez "captés" inconsciemment et vous en avez tiré une conclusion. Et tant mieux ! Parce que chaque petit geste de votre interlocuteur peut vous dévoiler un secret. Aucune de nos attitudes n'est entièrement innocente. Toutes ont un sens. Chaque geste imperceptible vous permet de décoder le discours de votre interlocuteur et de savoir tout de suite si celui-ci vous cache quelque chose...

Mais cela va plus loin : ces minuscules signes – si vous savez les "lire" – vous disent en quelques secondes si la personne en face de vous est dynamique ou passive, sûre d'elle ou complexée, plutôt sentimentale ou plutôt pragmatique, etc. C'est une réalité : nous étalons tous notre caractère publiquement, à notre insu. TOUT nous trahit : nos gestes, notre démarche, notre posture, notre voix, notre façon de nous habiller, notre écriture et mille autres petites choses.

Réfléchissez : quels signes vous donnent des indices sur le caractère d'une personne ? Je suis sûr que vous en connaissez quelques-uns ...

Par exemple :

Vous savez que si une personne ne vous regarde pas droit dans les yeux lorsqu'elle vous parle, elle vous cache probablement quelque chose. Un regard furtif, c'est suspect. Ou encore : si votre interlocuteur n'arrête pas de se tortiller les mains, il est probablement rongé par l'inquiétude ou encore par l'impatience.

En effet, l'art de "lire" sur le visage et dans les gestes de votre interlocuteur est incroyablement complexe. Et si vous le maîtrisez, les résultats sont... bluffants. Les spécialistes dans cet art savent que : Savoir "déchiffrer" la personne en face de vous est un des plus grands facteurs de succès dans la vie. Les statistiques montrent que nous passons 70% de notre temps à communiquer (de plusieurs façons : visuellement, verbalement, etc) avec des personnes connues ou inconnues. Et le seul moyen de savoir si nous pouvons leur faire confiance c'est... de les observer. Plus vous savez observer et interpréter ce que vous voyez, et moins vous pouvez "vous faire avoir" par les autres. Et ce, dans n'importe quelle situation, professionnelle ou personnelle. Plus vous êtes rapide dans le déchiffrement de tous ces signes et plus vous avez à gagner !

Par exemple :

--> Vous êtes à la recherche d'un emploi

Vous obtenez un entretien et vous savez qu'il est décisif. Mais vous n'avez pas peur, car dès que vous vous asseyez en face de votre recruteur, vous devinez instantanément à quel type de tempérament vous avez à faire. Vous savez tout de suite quelle attitude adopter. Vous adaptez donc votre discours au sien et vous faites bonne impression du 1er coup. Le poste est à vous.

--> Une femme (un homme) vous sourit. Que faites-vous ?

Est-ce que cette personne est vraiment intéressée par vous ou bien cache-t-elle de mauvaises surprises ? Vous observez discrètement la façon dont elle se tient et certains traits de son visage. Son attitude vous révèle mieux son caractère que si vous aviez passé 10 ans avec elle...

Et vous savez instantanément si vous pouvez lui faire suffisamment confiance pour lui accorder une chance, ou si au contraire, vous devez la fuir à tout prix. Imaginez tout le pouvoir dont vous disposez quand vous savez lire les émotions cachées de votre interlocuteur ! C'est un pouvoir quasiment illimité, n'est-ce pas ? Ce qui est "magique", c'est que tout commence par votre simple capacité d'observer et d'interpréter ce que vous voyez chez les autres. Vous devenez presque un observateur – magicien...

Est-ce que tout le monde peut le faire ? Eh bien, vous avez seulement besoin... de vos yeux. Oui, vous êtes parfaitement capable d'acquérir ce pouvoir. Il suffit de savoir comment.

Chapitre 1 : Se connaître soi-même pour apprendre à connaître les autres

a. Comment se connaître soi-même?

Il faut se connaître pour faire les choix qui nous rendront heureux mais comment s'y prendre ? Quand on n'a pas encore construit sa personnalité, l'exercice est délicat mais il vaut pourtant la peine d'être tenté. Caractère, aptitudes, valeurs, motivations... Des pistes pour partir à la découverte de vous-même.

Comment se connaître soi-même ?

"Et si les autres s'ennuyaient avec moi, si j'étais incapable de les intéresser ?"... Souvent, Mathilde s'interrogeait. En dépit d'un vaste groupe d'amis, elle venait à douter de ses moindres qualités. "Et puis finalement, derrière la façade de la fille marrante, qui suis-je ?"

Lucas, lui, ne s'était jamais demandé ce genre de chose. Jusqu'à ce que ce conseiller, devant lequel sa mère l'avait traîné, lui balance la question piège : "Quel genre de personne es-tu dans la vie ?"

Moi ? quelle personne ? Mais je ne sais pas ! Et puis comment savoir qui l'on est vraiment ?

Il n'est certes pas aisé de se connaître, surtout lorsqu'on est encore jeune, et que l'on n'a pas encore fait beaucoup de choix. Pourtant on peut déjà tenter de se découvrir, commencer simplement à s'interroger, un peu comme il faut se mettre en route pour devenir, un jour, un voyageur. Prêt pour le départ ?

Quel est votre caractère ?

La première étape est de cerner vos grands traits de caractère. Un exercice que l'on peut faire à tout âge et quel que soit l'avancement de ses projets. Par exemple : êtes-vous méthodique ou brouillon ? Consciencieux ou étourdi ?

Pour vous aider, je vous donne par exemple une liste d'adjectifs et leurs contraires : cochez à chaque fois celui qui vous convient. Pour obtenir un résultat qui reflète vraiment votre personnalité, deux conseils :

- N'allez pas trop vite, réfléchissez avant de répondre aux situations de votre vie qui font apparaître ou non ce trait de caractère. Éventuellement, demandez à un proche de vous donner son avis (évitez les membres de la famille qui sont rarement objectifs !).

- Ne vous jugez pas : ne considérez pas qu'il est "mieux" d'être sociable que solitaire, ou prudent plutôt que casse-cou. Et ne mettez pas le trait de caractère que vous aimeriez avoir, mais celui que vous avez réellement aujourd'hui. D'un point de vue purement professionnel, tous les traits de caractère sont intéressants, l'important est de cerner les vôtres. Exemple : un "casse-cou" aura des qualités de fonceur pour prendre des risques, un prudent aura le sens des responsabilités.

Cela dit, peut-être que certains traits de personnalité sont vraiment des défauts qui vous gênent dans plusieurs domaines de votre vie. Mais il n'est pas impossible de s'améliorer, ni de changer ! De 15 à 25 ans, la personnalité se forge et se forme au contact des événements, des rencontres et des choix que l'on fait. Ainsi, si vous êtes "nonchalant", "indifférent" et "blasé", ne faites pas l'autruche mais demandez-vous plutôt ce qui vous rend ainsi aujourd'hui : avez-vous des difficultés particulières ? des problèmes affectifs, un manque de motivation pour ce que vous faites, des mauvaises habitudes de vie (couchers tardifs, manque de sport, cannabis...) ?

- Pour certains adjectifs, peut-être ne savez-vous pas répondre : vous vous sentez "entre les deux", ou "ni l'un ni l'autre". Notez-le aussi. Ne retenez finalement que les 3-4 qualificatifs qui vous conviennent tout à fait. Exemple : volontaire, persévérant, sociable.

Le test MBTI : cerner sa personnalité

Il existe des tests mis au point à partir des acquis de la psychologie et des sciences humaines. Ainsi le "Myers Briggs type indicator" (ou MBTI) conçu par l'Américaine Isabelle Briggs-Myers est le test psychologique le plus utilisé au monde pour aider à s'orienter ou à améliorer ses relations aux autres.

Une fois que vous avez cerné votre caractère (exemple : original, rêveur, sûr de soi), vous pouvez vous demander quels types de métiers demandent ces qualités. Attention : en général, il y a plusieurs types de métiers possibles pour chaque caractère, et c'est tant mieux.

Exemple : Vous êtes "Expansif, sûr de vous, énergique". Ce sont des qualités qui peuvent être très utiles dans des fonctions commerciales, les relations publiques, mais aussi les métiers de la communication, l'enseignement, l'animation, etc.

Si vous savez déjà quel type de métier vous plairait, vous pouvez aussi vous demander quelles sont les qualités importantes à avoir. Pour être journaliste,

mieux vaut être curieux, pour être infirmière, le sens du service est important, pour être vendeur, il faut être à l'aise dans le contact avec les autres. Pour aller plus loin dans un choix de métier ou d'orientation, en réalité, le caractère ne suffit pas. Il faut aussi tenir compte de vos aptitudes.

Quelles sont vos aptitudes ?

Vos aptitudes, ce sont vos dons, vos talents, vos capacités. Attention, on peut souvent répondre uniquement en fonction de ses résultats scolaires. "Je suis bon en français", ou "je suis bon en sport". L'inconvénient, c'est qu'il y a pas mal d'aptitudes que l'école ne détecte pas. L'aptitude à rentrer facilement en relations avec les autres par exemple, ou les aptitudes musicales...

Les conseillers d'orientation retiennent souvent 5 grands profils : littéraire (vous aimez lire et avez des facilités pour les langues et pour l'écriture), scientifique (vous aimez les maths, la physique, l'abstraction, les chiffres), technique (vous aimez savoir comment ça marche, vous aimez les nouvelles technologies, le concret), artistique (vous aimez pratiquer un art, ou bien allez souvent au théâtre ou au concert), sportif (vous pratiquez et êtes très physique).

Nos aptitudes définissent notre forme "d'intelligence" : c'est la façon dont nous parvenons le mieux à saisir la réalité et à agir sur elle. Évidemment, nous avons tous des aptitudes, mais le système scolaire ne nous aide pas toujours à les détecter. ...

