

## Table des matières

□ F2 Détection des Signaux de Blocage .....	3
---	---



# □ F2 Détection des Signaux de Blocage

F2, detection, signaux, blocage, tension

“L'art de voir l'invisible, d'entendre le silence, de sentir l'énergie qui bloque.”

## ## □ Mes Signaux d'Alerte

### ### ↪ Signaux de Tension Conflits ouverts ou latents :

- - **Regards évités** ou défis
- - **Silences lourds** et prolongés
- - **Sarcasme** et ironie mordante
- - **Postures fermées** et raidies
- - **Interruptions** fréquentes et agressives

### ### □ Signaux de Peur et Méfiance Insécurité psychologique :

- - **Auto-censure** évidente
- - **Regards vers l'animateur** pour validation
- - **Langage corporel contracté**
- - **Questions rhétoriques** ou très prudentes
- - **Évitement du conflit** systématique

### ### □ Signaux de Blocage Immobilisme et résistance :

- - **Répétition** des mêmes patterns inefficaces
- - **Absence d'initiative** et de créativité
- - **Dépendance excessive** à l'animateur
- - **Énergie basse** et démobilisation
- - **Retrait** et désengagement progressif

## ## □ Outils de Détection

### ### □ Grille d'Observation Systématique Checklist de détection :

- - [ ] Cohérence verbal/non-verbal
- - [ ] Énergie globale du groupe
- - [ ] Qualité de l'écoute mutuelle
- - [ ] Participation équilibrée ou déséquilibrée
- - [ ] Climat émotionnel (confiant/méfiant)

### ### □ Analyse des Rôles Dysfonctionnels Repérage des patterns :

- - **Bouc émissaire** : cristallisation des tensions
- - **Saboteur** : obstruction délibérée
- - **Passif-agressif** : résistance indirecte
- - **Victime** : recherche d'attention négative

From: <https://wiki.eugeniedeclare.com/> - **Formation en Conscience**



Permanent link: [https://wiki.eugeniedeclare.com/doku.php?id=carnet:f2\\_comportement:f2\\_verbale](https://wiki.eugeniedeclare.com/doku.php?id=carnet:f2_comportement:f2_verbale)

Last update: **2025/11/18 14:56**