

100
questions/réponses

Nathalie LOURDEL
Matthieu LASSAGNE

Tous HPI ?

Comprendre et libérer les potentiels



boutique.afnor.org/livres

afnor
ÉDITIONS



CHAPITRE 1 : COMMENT REPERER UN HAUT POTENTIEL ?

1. Comment cerner le concept de haut potentiel
2. Quelles sont les différentes définitions du haut potentiel ?
3. Est-ce qu'être haut potentiel, c'est être hors norme ?
4. Quelles sont les différentes formes d'intelligences ?
5. ÊTRE à haut potentiel ou EXPRIMER un haut potentiel ?
6. Comment se passe la découverte de son haut potentiel ?
7. Comment être bien accompagné dans l'exploration de son haut potentiel ?
8. Comment bien vivre le test WAIS ?
9. Qu'est-ce que la multi potentialité ?
10. Comment être multi potentiels dans sa vie professionnelle ?
11. Que signifie la neurodiversité ?
12. Pourquoi est-il important de connaître l'Asperger et le TDAH ?
13. Comment se manifeste le TDAH ?
14. Haut potentiel et autisme ? Asperger ?

CHAPITRE 2 : SENSIBILITES ET COMPORTEMENTS ATYPIQUES

Comment s'expriment les différentes formes d'intelligence

15. Comment se manifeste la douance lorsqu'elle est débordante ?
16. Comment se manifeste la douance lorsqu'elle est une alliée ?
17. Les intuitions, est-ce central chez le haut potentiel ?
18. Quels sont les défis liés à la pensée intuitive ?
19. Comment libérer les potentiels de son intuition ?
20. En quoi les personnes hauts potentiels sont-elles des sentinelles ?
21. Quels sont les liens entre l'intelligence et la créativité ?
22. Pourquoi certains HP sont particulièrement créatifs et d'autres pas ?
23. La métacognition, une spécificité du haut potentiel ?

Les autres intelligences-sensibilités singulières

24. Qu'est-ce que l'hyperesthésie ? La synesthésie ?
25. Qu'est-ce que la haute-sensibilité émotionnelle ? L'hypermotilité ?
26. Pourquoi certains HP sont complètement déconnectés de leurs émotions ?
27. Pourquoi certains hauts potentiels vivent des tsunamis émotionnels ?
28. Pourquoi la régulation émotionnelle est un sujet important pour les HP ?
29. Comment se manifeste l'intelligence émotionnelle, le haut-potentiel émotionnel ?
30. Pourquoi l'empathie est multiforme ?
31. Pourquoi l'empathie est particulièrement importante pour les personnes hauts potentiels ?
32. Quels défis posent cette empathie ?
33. Pourquoi les personnes hauts potentiels ont du mal à reconnaître et à défendre leurs besoins ?
34. Comment identifier si la honte et la culpabilité perturbent votre vie ?
35. Comment la honte et la culpabilité s'invitent dans la vie des hauts potentiels ?
36. Pourquoi les hauts potentiels minimisent-ils leurs qualités ?
37. Pourquoi les hauts potentiels ont-ils des difficultés à faire des choix ?
38. Comment le fait d'affirmer ses différences et sa spécificité peut isoler ?
39. Quel est le rapport des hauts potentiels avec la solitude ?
40. Pourquoi l'isolement est parfois choisi pour se protéger ?



Les valeurs, le besoin de sens et de cohérence

41. Pourquoi le besoin de cohérence du haut potentiel le met-il en décalage ?
42. Pourquoi certains hauts potentiels sont pris au piège de la procrastination ?
43. Comment sortir de la procrastination ?
44. Les hauts potentiels, des personnes particulièrement passionnées ?
45. Comment se manifeste une passion aliénante ?
46. Les hauts potentiels sont-ils perfectionnistes ?
47. Comment s'exprime le besoin de liberté des hauts potentiels ?
48. Pourquoi les limites sont difficiles à percevoir pour les HP ?
49. Le besoin d'éthique, une spécificité des hauts potentiels ?
50. Les hauts potentiels sont-ils sensibles à l'écologie ?

Chapitre 3 : LES ENJEUX PROFESSIONNELS POUR LES HAUT POTENTIEL

Trouver sa place dans un environnement de travail

51. Quels types de professions sont épanouissantes pour les hauts potentiels ?
52. Pourquoi les hauts potentiels ressentent-ils parfois un sentiment d'imposture et comment se manifeste-t-il ?
53. Comment dépasser le sentiment d'illégitimité et d'imposture ?
54. Comment éviter la sur-adaptation ?
55. Les hauts potentiels et le rapport à l'argent, une particularité ?
56. Quels enjeux posent l'inclusion des personnes hauts potentiels en entreprise ?

La prise de poste

57. Comment trouver le bon poste ?
58. Quelles étapes mettre en place pour sécuriser sa prise de poste ?
59. Faut-il dire ou pas qu'on est haut potentiel ?

Dirigeants et manager haut potentiel

60. Dirigeant à haut potentiel : quels enjeux ?
61. Comment mieux assumer son positionnement HP dirigeant ?
62. Dirigeant à haut potentiel : en quoi leur leadership est-il novateur ?
63. Comment répondre à ses besoins et à ceux de son équipe ?
64. Comment déléguer efficacement ?
65. Entre membres de la direction comment mieux travailler ensemble ?
66. Recruter un haut potentiel, quelle stratégie ?
67. Pourquoi c'est difficile de se séparer d'un collaborateur quand on est haut potentiel ?

Les femmes hauts potentiels en contexte professionnel

68. Quelles sont les spécificités des femmes hauts potentiels ?
69. Comment les injonctions sociétales amènent les femmes HP à se sur-adapter ?
70. Quelles sont les inégalités dont sont victimes les femmes sur le plan professionnel ?
71. Comment s'accomplir en tant que femme haut potentiel ?



Chapitre 4 : SOUFFRANCE DES HAUTS POTENTIELS AU TRAVAIL

Burn-out et bore-out

72. Qu'est-ce que le burn-out ?
73. Quelles sont nos hypothèses concernant la spécificité du burn-out chez les personnes hauts potentiel ?
74. Le Bore-out : Pourquoi les HAUT POTENTIEL s'ennuient-ils au travail ?
75. Qu'est-ce que le faux-self pour les hauts potentiels ?
76. Pourquoi le faux-self va de pair avec l'ignorance de son haut potentiel ?
77. Pourquoi le faux-self est-ce une clé centrale pour expliquer la souffrance de certains hauts potentiels ?
78. Certains haut potentiel parlent de schéma d'échecs à répétition, de quoi s'agit-il ?
79. Pourquoi les hauts potentiels ont-ils été pathologisés ?

Les hauts potentiels & emprise

80. Manipulation ? Emprise ? Perversion de quoi parle-t-on ?
81. Pourquoi le haut potentiel et le pervers sont des partenaires d'accrochage ?
82. Pourquoi comprendre le mécanisme de l'emprise est essentiel pour les HP ?
83. Comment sortir de l'emprise ?
84. Comment s'installe le harcèlement professionnel et comment en sortir ?

CHAPITRE 5 : LES HAUTS POTENTIELS, SE RELIER AU MONDE ET S'EPANOUIR

Prendre conscience de la perception extérieure de l'image des hauts potentiels

85. D'où viennent les incompréhensions ?
86. Pourquoi certains hauts potentiels semblent-ils ingérables ?
87. Pourquoi certains hauts potentiels suscitent-ils l'insécurité psychologique dans la relation ?
88. Pourquoi suscitent-ils l'envie et la jalousie ?

Clés pour mieux interagir avec un haut potentiel

89. Comment mieux communiquer avec un haut potentiel ?
90. Comment manager et motiver un haut potentiel ?
91. Comment créer une relation de confiance avec un haut potentiel ?

HP comment améliorer vos relations

92. Comment valoriser un parcours atypique face au recruteur ?
93. Comment s'adapter au rythme de vos interlocuteurs ?
94. Comment sortir des schémas négatifs passés ?
95. Comment construire des schémas relationnels positifs ?

Déployer votre potentiel

96. Comment renforcer l'estime de soi et la confiance en soi ?
97. Pourquoi se reconnaître haut potentiel est important pour votre évolution professionnelle ?
98. Comment libérer ses talents et son potentiel ?
99. Quel est l'intérêt pour un haut potentiel de faire un coaching ?
100. De quel type de coaching ont besoin les hauts potentiels ?

100
questions/réponses

Nathalie LOURDEL
Matthieu LASSAGNE

Tous HPI ?

Comprendre et libérer les potentiels



 boutique.afnor.org/livres

afnor
ÉDITIONS



En prévente dans
toutes les
librairies