

# HPI

## L'art de la répartie

### Mémo offert

#### *9 réparties pour commencer à poser une limite sans se justifier*

La rapidité et l'intensité des profils HPI peuvent souvent créer une insécurité chez les autres.

Cette insécurité produit des critiques : *trop rapide, trop direct.e, trop exigeant.e.*

Le guide HPI - " L'art de la répartie" propose **vingt-cinq réflexions fréquentes** analysées et accompagnées de réparties précises pour répondre à la jalousie et l'hostilité en recadrant les interlocuteurs sans agressivité.

Il aide à adopter une posture de **neutralité ferme** et d'imperméabilité.

Ce mémo vous présente un extrait de phrases et de réponses tirées du guide complet.

#### 01 - Tu te prends pour le plus malin/tu te crois supérieur(e)

→ *Restons sur le sujet, pas sur l'interprétation.*

##### A RETENIR

Ne défendez pas votre intervention. Revenez au fond.

#### 02 - Tu vas trop vite / laisse tomber, on ne comprend rien

→ *Pourquoi ? Qu'est-ce qui t'a échappé*

##### A RETENIR

Ne portez pas seul le flou de l'autre.

#### 03 - Tu veux toujours montrer que tu sais mieux / Tu te la racontes

→ *Si tu as une lecture différente, formule-la clairement.*

##### A RETENIR

Ramenez l'échange au contenu, pas à votre posture.

#### 04 - Tu es trop direct(e)

→ *Je dis les choses clairement. Si quelque chose est inexact, dis-le.*

##### A RETENIR

Distinguez clarté et agressivité

#### 05 - Tu es trop sensible / Tu prends trop les choses à cœur

→ *Ce n'est pas à vous de qualifier ce que je ressens.*

##### A RETENIR

Ne laissez pas l'autre décider de votre seuil.

## 06 - Tu compliques tout

→ *J'apporte de la précision.*

### A RETENIR

La précision n'est pas un défaut.

## 07 - Arrête, tu intimides / complexes les autres

→ *Ce que les autres interprètent leur appartient.*

### A RETENIR

Ne prenez pas en charge les projections.

## 08 - Tu es trop exigeant

→ *Trop ? Par rapport à quel standard ?*

### A RETENIR

Obligez l'autre à préciser son critère.

## 09 - On a toujours fait comme ça

→ *On regarde ce qui est le plus efficace, pas ce qui est le plus ancien.*

### A RETENIR

L'habitude n'est pas un argument.

## Pourquoi ces phrases ne suffisent pas

Une phrase juste peut échouer si :

- elle est dite avec tension
- elle cherche à convaincre
- elle trahit que vous êtes atteint

Le même mot peut poser une limite... ou vous fragiliser. N'oubliez pas qu'une répartie fonctionne aussi par le ton, le timing et la posture — pas seulement par les mots.

## Le mémo donne des phrases. Le guide donne la maîtrise.

Le guide complet vous permet de :

- comprendre ce qui se joue réellement
- éviter les réponses qui aggravent la situation
- choisir la bonne réponse selon le contexte
- poser une limite sans effort ni rumination

Avec une compréhension partielle, vous aurez parfois la bonne phrase... mais le mauvais résultat.

***Accéder au guide complet***

**<https://kalena.fr/guide-repartie/>**