

Comprendre ses réactions face au changement

- OBJECTIFS**
- ▶ Comprendre sa façon de fonctionner et celle des autres
 - ▶ Identifier sa position face au changement : favorable ou réticent
 - ▶ Profiter de ses atouts et atténuer ses faiblesses

- CONTENU**
- Découvrir qui l'on est sur 2 axes de la personnalité : l'orientation de l'énergie et le rapport au temps
 - Se positionner sur ces axes, comprendre les avantages et les inconvénients de ses tendances naturelles par rapport à une évolution
 - Intérêt, besoins et attentes lors d'un changement
 - Comprendre ses réactions face à l'innovation
 - Améliorer sa perception des autres, comprendre la nécessité de la complémentarité

**MÉTHODES
PÉDAGOGIQUES**

- **Mnemotypes®** : découverte de soi et des types de personnalité, approche par quadrants . Inspiré de CG. Jung. Utilisation d'images permettant de mieux mémoriser les différents profils de la personnalité
- **Mnemos®** : des images mentales qui permettent de décrire et de faire partager des bons comportements, des bonnes pratiques ou des bonnes manières de faire ou de savoir être.
- **Participatif** : les échanges et les discussions sont individuels et collectifs
- **Dynamique** : jeux de rôles, mises en situation en sous groupe « jeu de l'itinéraire »
- Exercices d'application «déménagement à l'horizon » ou « du bureau à l'open space », fil conducteur du jour 2
- Un livret est remis à chaque stagiaire

COMMENTAIRES

- 2 jours de formation consécutifs
- Durée du stage : possibilité de le réduire à 1 jour en n'utilisant que les Mnemos®
- 1er jour lié au développement personnel + 1 jour consacré à des mises en situation concrète et notamment à des retours filmés de nos réactions face au changement