

Mon mode de fonctionnement et celui des autres

- OBJECTIFS**
- ▶ Comprendre sa façon de fonctionner et celle des autres
 - ▶ Identifier ses zones de confort et d'effort
 - ▶ Profiter de ses atouts et atténuer ses faiblesses
 - ▶ Améliorer sa communication
 - ▶ Favoriser son évolution personnelle

- CONTENU**
- Découvrir qui l'on est sur quatre dimensions de la personnalité : la façon dont on puise son énergie, le mode de collecte des informations, la manière de prendre ses décisions, son style de vie
 - Se positionner sur ces quatre axes, comprendre les avantages et les inconvénients de ses tendances naturelles
 - Comprendre pourquoi certaines activités demandent plus efforts et que d'autres
 - Identifier le mode de fonctionnement de certains membres de son entourage
 - Apprendre à se comporter de manière différente si besoin
 - Comprendre le sens de son évolution personnelle

- MÉTHODES PÉDAGOGIQUES**
- **Mnemostypes**® : découverte et typologie des profils de la personnalité) : inspiré des travaux de C.G Jung. Utilisation d'images permettant de mieux mémoriser les différents profils
 - **Participatif** : les échanges et les discussions sont individuels et collectifs
 - Étude de cas sur la reconnaissance de profils au travers de scénarios
 - Grille d'auto positionnement
 - Exercices d'application et de mises en situation sur le conflit et la communication
 - Une documentation spécifique est proposée

- COMMENTAIRES**
- 2 jours de formation en continu de manière à approfondir son développement personnel
 - S'utilise au travail (pourquoi mes rapports avec mon patron sont-ils si difficiles) ou à la maison (mieux comprendre son entourage)