

Mieux se connaître et comprendre les autres



7 allée E. Sarthe
76130 Mont-Saint-Aignan
Tel : 33 (0)6 23 07 57 55 Fax : 33 (0)2 35 74 28 85
contact@axelconseil.com
www.axelconseil.com

Beaucoup de professionnels éprouvent le besoin grandissant de mieux comprendre leur fonctionnement personnel.

Le concept *Action-Type®* permet à la fois d'identifier ses préférences et de mieux cerner ses différences avec les autres.

Cette formation s'adresse à toute personne souhaitant :

Mieux se connaître et se positionner dans son environnement personnel et professionnel

Mieux interagir et optimiser ses relations avec les autres

Gagner en performance dans ses activités

Durée : 14 heures (deux jours consécutifs)

Méthodes pédagogiques :

A partir d'un diagnostic Action type® vous identifiez vos forces « naturelles » et transformez vos talents « inconscients » en compétences « conscientes ».

Analyse du profil de chaque participant et remise d'un dossier personnel.

Apport d'outils extrêmement concrets de connaissance de soi.

Animation interactive

Les plus de la formation :

- **L'animation à partir du concept *Action-Type®***
- **L'animation en binôme :**
 - Francine René : certifiée Action-Type®, coach et consultante en efficacité professionnelle, Manager de l'entreprise Axel.
 - Dominique Fournet : certifié Action-Type®, coach d'athlètes et en entreprise.
- **Le nombre de participants restreint**

Programme

Mieux se connaître

- Présentation du concept *Action-Type®*
- Définition du profil de chaque participant à partir des tests Action-Type®
- Pour chaque participant, mise en évidence de :
 - son mode de fonctionnement personnel
 - ses ressources et forces naturelles (leviers de la performance)
 - les limites liées à son processus de fonctionnement
- Implications dans l'environnement personnel et professionnel

Comment se coacher être plus efficace dans chaque situation

(À titre d'exemples en fonction des attentes des participants: comment mieux aborder la communication, le changement, la résolution de problèmes, la gestion de projet, les conflits...)

- Comprendre la dynamique de sa typologie
- Comment s'appuyer sur ses forces « naturelles »
- L'impact du stress sur ma « typologie »

Optimiser ses relations avec les autres

- Identifier les différences entre typologies.
- Utiliser ces différences de manière constructive.
- Acquérir des outils pour mieux interagir avec les autres (à titre d'exemples en fonction des attentes des participants : mieux interagir dans la communication, le management, la négociation...)