

## Mieux se connaître pour mieux collaborer et communiquer avec les autres - Niveau 1 Approche dynamique motrice et cérébrale®

**Pour qui :** Manager, agent de maîtrise ou technicien, collaborateur et assistante pour qui la qualité des relations est un atout majeur dans l'exercice de leur fonction.

**Prérequis :** aucun

**Durée :** deux jours (15 heures en présentiel)

**Tarifs :** devis sur demande

**Lieux et dates :** à déterminer en fonction de vos besoins  
Personnes en situation de handicap, nous contacter

### Objectifs de formation

---

- Mieux comprendre son système de fonctionnement et son impact sur les autres
- Identifier ses points forts et zones de vigilance dans sa fonction
- Adapter sa posture en fonction des contextes et interlocuteurs
- Individualiser sa communication pour développer des relations de travail efficaces et constructives

### Points forts et approche pédagogique

---

#### **Axel Conseil propose une nouvelle approche de la connaissance de soi.**

Les tests de motricités physiques remplacent les questionnaires écrits.

En diagnostiquant nos préférences motrices en lien avec nos préférences cérébrale, les tests de motricité permettent de ressentir concrètement notre mode de fonctionnement « naturel ». Ils facilitent la compréhension de soi et des autres, ainsi que l'acceptation des différences.

Ces tests sont pratiqués en salle, sans difficulté ni condition particulière.

La pédagogie interactive permet de personnaliser les échanges

Des séquences vidéo permettent d'illustrer

Les mises en situation et des ateliers participatifs tout au long de la formation permettent d'expérimenter et ancrer les bonnes pratiques

Définition d'un plan d'action post formation

#### **Remise à chaque participant d'une documentation opérationnelle**

## Évaluation de la formation

---

Evaluation de la satisfaction

- Questionnaire d'évaluation à chaud de la formation
- Débriefing de la session à froid avec l'organisateur (rendez-vous téléphonique)

Evaluation des acquis

- Cas pratiques
- Questionnaires

## Programme

---

### 1. Les préférences motrices et cérébrales

- Présentation
- Intérêt dans ma fonction

### 2. Mieux se connaître

- Identifier son système de son fonctionnement préférentiel et naturel
- Identifier ses points de vigilance dans son système d'interaction et de communication avec les autres

### 3. Mieux comprendre les autres et s'adapter

- Décoder les différents modes de fonctionnement au sein d'une équipe
- Acquérir des clés pour comprendre rapidement le mode de fonctionnement de l'autre
- Identifier les pistes pour s'adapter en fonction des profils

### 4. Développer de la flexibilité dans ses modes de communication

Ateliers de mise en pratique

## Programme détaillé sur demande

---

Prestataire enregistré sous le numéro : 23760371276 auprès du préfet de la région Haute-Normandie (DREETS)

TVA intracommunautaire FR94444036313 00013.

Datadocké.

Certifié Qualiopi au titre des actions de formation

---