

CONNAISSANCE DE SOI

Vous éprouvez le besoin de mieux cerner votre personnalité et d'améliorer vos relations aux autres. Vous considérez le développement personnel comme source de progrès. Nous vous proposons deux séances de connaissance de soi sous la forme d'atelier collectif.



mobilité
organisation
accompagnement
stratégie
recrutement

Fertilisateur de projets

OBJECTIFS

- Identifier les principales caractéristiques de sa personnalité
- Apprendre à parler de soi
- Améliorer sa communication
- Développer l'efficacité de sa prise de décision
- Apprendre à mieux gérer les changements et les sources de stress potentiel
- Améliorer ses techniques de management et de gestion de projet...

PUBLIC

Tout salarié ou particulier désireux de progresser sur sa connaissance de soi.

MÉTHODOLOGIE

Deux ateliers collectifs d'une demi-journée chacun :

- 1 séance sur la découverte de son type psychologique avec l'outil M.B.T.I (Indicateur de Personnalité de Myers et Briggs) animée par un praticien qualifié
 - Identification des zones de confort et zones d'effort de la personnalité
 - Identification d'axes de progrès personnels
 - Travail sur la complémentarité des différents profils
- 1 séance de découverte pour mieux comprendre notre mode de fonctionnement, mieux comprendre certains de nos comportements et les faire évoluer en lien avec notre environnement
 - Les différentes facettes de la personnalité
 - Améliorer sa communication, comprendre et décoder les comportements
 - S'approprier quelques outils pour dénouer des problèmes relationnels

FINANCEMENT

Entreprise ou Individuel

CONTACT

Région Grand Est et Paris IDF

ADH
5, route de l'Aviation
54600 VILLERS-LES-NANCY
☎ 03 83 96 29 29
✉ mobilite@adh.fr

Région Rhône Alpes et Sud Est

ADH
17, rue Crépet (4ème étage)
69007 LYON
☎ 04 37 28 19 40
✉ mobilite@adh.fr

adh
HOMMES ET STRATÉGIE

Une conception humaine des Ressources Humaines