

CONTENU PEDAGOGIQUE

Plan d'action de développement personnel

- **Identifier des environnements** favorisant une plus grande efficacité personnelle et de son mode de contribution à l'organisation
- **Accepter son comportement** face au stress et les conflits pour mieux les gérer
- **Repérer sa relation au temps** pour optimiser son organisation
- **Prendre en compte son mode de communication** pour améliorer son travail en équipe
- **Rédiger son plan de progrès personnel** avec la méthode CQCOQP

Le MBTI est un questionnaire de personnalité puissant et polyvalent qui permet une compréhension approfondie des motivations personnelles et des interactions de groupe. Il peut être appliqué à un grand nombre de **problématiques Humaines** :

- Développement managérial
- Gestion du changement
- Communication
- Cohésion d'équipe
- Mobilité interne



Votre Formateur
KARINE YOU GARBARINI
Formatrice et Coach professionnelle

Expériences :

- ⇒ Commerciale et Manager
- ⇒ Consultante en Recrutement des cadres et en bilan de compétences.
- ⇒ Formateur et Coach Certifiée

Formation :

Praticien en :

- * Analyse Transactionnelle
- * 16PF®: Test de Recrutement
- * MBTI®: questionnaire de personnalité : accompagnement et développement des individus
- * P.N.L: Communication et clarification d'objectifs

Certifiée :

- * Arc En Ciel DISC®
- * Coach Professionnel et Personnel-RNCP NIV I
- * Parcouréo : construire son PPP
- * Consultante en Bilan de Compétences
- * Sophro-relaxologue : Amélioration de l'efficacité et du bien-être des individus par la gestion du stress.



OUTILS ET MOYENS

- DISC / PNL / Technique de communication non violente / Méthode de questionnement « CQCOQP », d'organisation « OMDC »
- Cours (Format PDF) et fiches (format papier)
- Expériences théoriques
- Exercices pratiques (Méthode d'organisation et de structuration de pensée CQCOQP, comprendre son style de leadership, communication efficace avec le DESC et la méthode DISC).
- Etudes de cas et mises en situation.
- Réflexion de groupe : le management, les types de personnalités, les difficultés de communication ou relationnelles.
- Echange de pratiques.
- Plan d'action individuel pour identifier ses difficultés et mettre en place des actions pour les contourner.

POUR QUI?

PUBLIC VISE et PRE-REQUIS
Cette formation ne nécessite aucun pré-requis et est adaptée à tous.

Votre conseillère

Patricia MORREVE
pmorreve@ac2v.fr
Tél : 06.24.71.06.32

AC2V Conseil
122 rue du Château d'Orgemont
49000 Angers
Organisme de Formation Datadocké