



"Tout progrès, tout succès de l'être humain, a été réussi en partie grâce à une prise de conscience de soi."  
C. G. Jung

## Comment entrer dans des relations efficaces



### PRÉREQUIS

Pas de prérequis. (groupes de 4 personnes maximum)



### OBJECTIFS

- Identifier et comprendre vos **modes et préférences de fonctionnement. (Test MBTI)**
- Identifier et décrypter vos **processus de communication** pour les **adapter** à vos interlocuteurs. **(Test Jung version simplifiée)**
- Augmenter la **compréhension de soi, et des autres.**



### MODALITÉS D'ÉVALUATION

QCM



### OUTILS ET MÉTHODOLOGIE

Alternance de **mises en situation, d'apports théoriques, et d'auto-diagnostic.**



[contact@viséo-adc.com](mailto:contact@viséo-adc.com)



06-61-77-63-01



### DURÉE

1/2 journée (3h30)



En entreprise



### DÉLAIS D'ACCÈS

Après validation du devis et après passation des tests en ligne, sous 1 mois



### PRIX

1 100 euros



“Tout progrès, tout succès de l'être humain, a été réussi en partie grâce à une prise de conscience de soi.”  
C. G. Jung

## Comment entrer dans des relations efficaces

La **connaissance de soi** est une véritable **ressource** à la **réussite** de nos actions. Augmenter la compréhension de soi permet d'augmenter la compréhension des autres, et plus largement de mieux **communiquer**.

En **individuel** ou en **équipe de travail**, je vous propose de passer ensemble un **moment privilégié, ludique et interactif**. . Après l'analyse des **résultats** de vos tests de personnalité, retrouvons-nous pour la **restitution**, un moment d'échange et de réflexion axé sur votre **auto-positionnement** suivi d'une section d'**apprentissage** sur les différents comportements et modes de communication.

Vous verrez ainsi comment mieux se comprendre permet de :

- Mieux comprendre autrui
- S'adapter et établir un **contact positif** avec autrui
- Mettre en place des **stratégies de communication** interpersonnelles efficaces
- Passer à l'**action**

Repérer ses comportements préférentiels et ceux de ses interlocuteurs permet d'adapter sa communication pour la rendre plus **convaincante**.

A l'issue de cette formation, vous serez en mesure d'**adapter** votre **langage** ainsi que vos **comportements** et **modes de communication** à chaque **collaborateur** ou **situation**, pour un management **personnalisé**, donc plus **efficace** !



## Comment entrer dans des relations efficaces

### PROGRAMME DE FORMATION

#### 1) Introduction au MBTI

- Qu'est-ce que le MBTI ?
- Auto-positionnement
- Restitution des profils psychologiques individuels

#### 2) Test de Jung (version simplifiée)

- Explication des couleurs
- Auto-positionnement
- Restitution des profils individuels

#### 2) Augmenter la **compréhension de soi**, et des **autres**

- Tour de table sur les enseignements
- Mises en situation
- Les enseignements et la mise en pratique

@ [contact@viseo-adc.com](mailto:contact@viseo-adc.com)

📞 06-61-77-63-01

Je me tiens à votre disposition pour toute **question** complémentaire ou demande de **devis**.

## Me contacter



06 61 77 63 01

Contact@viseo-adc.com

Edith Elmoznino

[www.viseo-adc.com](http://www.viseo-adc.com)

Nice, France

## QUI SUIS-JE ?

Basée sur Nice, je suis Coach professionnelle certifiée et Formatrice en Entreprise. Riche d'une longue expérience en tant que cadre du secteur privé et également diplômée en Cycle Supérieur de Management de l'EDHEC, je mets cette double posture de Manager et de Coach à votre service, dans un cadre ludique, dynamique et bienveillant.



Organisme de formation  
créé en 2017



Un taux de **100%** de stagiaires/  
très satisfaits de leur formation sur  
l'année 2024  
\*1 stagiaire



Un taux de  
recommandation de **100%**