

# Mémo

A man with grey hair, wearing a white button-down shirt, is shown from the chest up. He has his right hand raised to his forehead, with his index finger pointing upwards, in a classic 'thinking' pose. The background is a solid pink color. Overlaid on the image is white text: 'Améliorez rapidement votre communication !' in a large, bold font, with 'communication !' on a black diagonal banner. Below this, in smaller white text, are 'avec vos proches', 'vos collaborateurs', and 'vos clients'. At the bottom right, in large black text, is 'Très facilement ...'.

## Les basics de la communication 1 ...

### **Ou comment éviter les erreurs classiques lors de simples échanges.**

Comment être compris, et comprendre facilement les personnes qui vous entourent, votre famille, vos collègues de travail, vos clients et augmenter votre efficacité tout en diminuant le stress et les conflits.

### **Les outils et les fondamentaux de la communication existent.**

Ils sont simples et faciles à acquérir.

Tout ce qu'il vous reste à faire après avoir visionné la vidéo, c'est de pratiquer au quotidien.

Dès maintenant.

Par chance les opportunités ne manquent pas.

Très rapidement, vous comprendrez mieux comment vous fonctionnez et quels sont les impacts de votre communication.

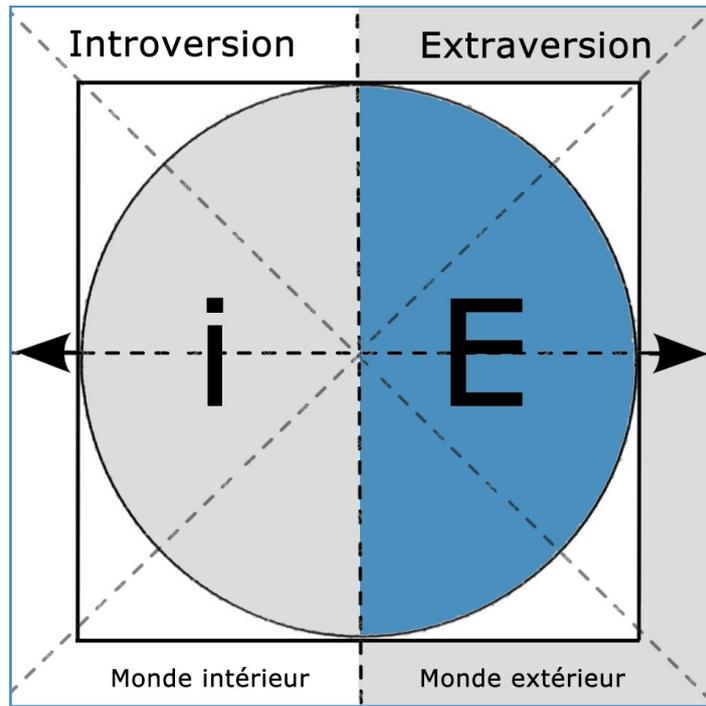
Vous comprendrez les différences que vous percevez chez vos enfants, vos collègues de travail, vos clients...

Vous pourrez ainsi développer des méthodes de communication efficaces en augmentant votre flexibilité relationnelle, votre agilité managériale, votre souplesse commerciale ... et devenir un bien meilleur communicant.

**Bon travail !**



MÉMO



**INTROVERSION**

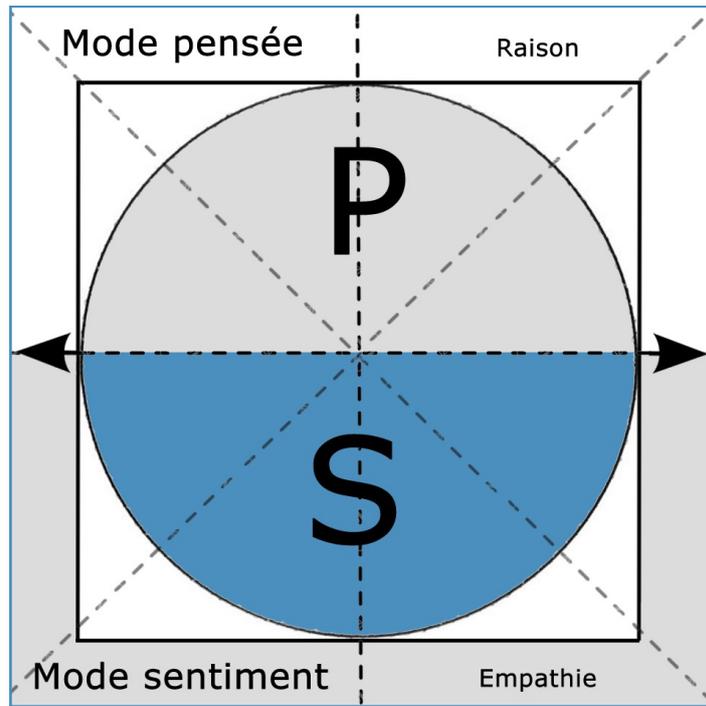
- avisé
- calme
- contemplateur
- dans le détail
- discret
- isolé
- méditatif
- mesuré
- modéré
- modeste
- muet
- observateur
- pense avant de parler
- pensif
- pondéré
- posé
- profond
- prudent
- raisonnable
- recueilli
- réfléchi
- réservé
- retiré
- sage
- secret
- seul
- silencieux
- solitaire
- spectateur

**EXTRAVERSION**

- acteur
- actif
- audacieux
- aventurier
- causant
- concerné
- confiant
- courageux
- démonstratif
- direct
- dynamique
- éloquent
- aime le groupe
- énergique
- engagé
- entreprenant
- expansif
- exubérant
- franc
- grégaire
- hardi
- hasardeux
- impliqué
- loquace
- orienté action
- parle puis pense
- remuant
- risque-tout
- turbulent



MÉMO



MODE PENSÉE

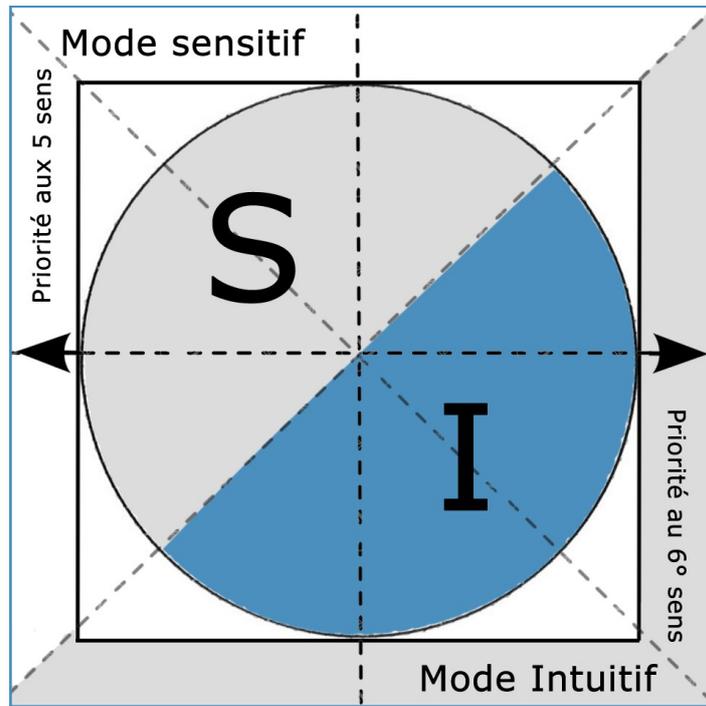
- analytique
- authentique
- bien-fondé
- certain
- challenger
- compétitif
- crédible
- critique
- décisif
- détails
- déterminé
- direct
- exact
- factuel
- Ferme
- fiable
- formel
- impartial
- intègre
- juste
- logique
- objectivité
- précision
- principes
- règles
- rigueur
- spécifique
- structuré
- tâche,
- travail

MODE SENTIMENT

- accommodant
- adaptable
- aimable
- apaisant
- arrangeant
- attentif à autrui
- beau joueur
- bienveillant
- circonspect
- cohésion
- commode
- complaisant
- conciliant
- courtois
- décontracté
- diplomate
- empathique
- état d'esprit
- harmonie
- humaniste
- indulgent
- informel
- intimité
- libre
- personnel
- prévenant
- relation
- simplicité
- soucieux,
- valeurs morales



MÉMO



**MODE SENSATION**

- axé sur le présent
- comment
- concret
- connaissance
- distinctif
- expériences
- factuel, faits
- habitudes
- instructions précises
- les pieds sur terre
- logique
- méthodique
- ordonné
- organisé
- pondéré
- pragmatique
- pratique
- précis
- présent et passé
- réaliste
- routine
- schéma
- séquentiel
- spécifique
- structuré
- terre à terre
- tradition
- utile

**MODE INTUITION**

- abstrait
- autonomie
- axé sur le futur
- concept
- empirique
- entier
- entrepreneur
- flair
- futur
- général
- idée qui vient
- idées
- illumination
- imaginaire
- impulsif
- inspiré
- inventif
- la tête dans les nuages
- le sens
- original
- pourquoi
- pressentiment
- rêveur
- spontané
- théorie
- utopie
- vision globale
- visionnaire