

Mémo



Les basics de la communication 2 ...

Après notre premier volet sur les préférences comportementales que nous vous conseillons de regarder en premier si ce n'est déjà fait, à savoir les polarités : introversion / extraversion - mode pensée / mode sentiment - sensation / intuition ... nous continuons notre voyage avec les quatre énergies principales, ou le 'cadran de la communication'.

Dans la vidéo que vous venez de voir, vous avez appris qu'il y a 4 grandes préférences en termes de personnalités.

Vous savez maintenant qu'en fonction de la personne que vous avez en face, vous allez devoir ajuster votre communication.

Tout ce qu'il vous reste à faire c'est de trouver votre énergie dominante.

Celle des autres aussi.

L'important est surtout de comprendre qu'il n'y a jamais de bon ou de mauvais type de personnalité, chacun a en lui ses qualités et des faiblesses potentielles.

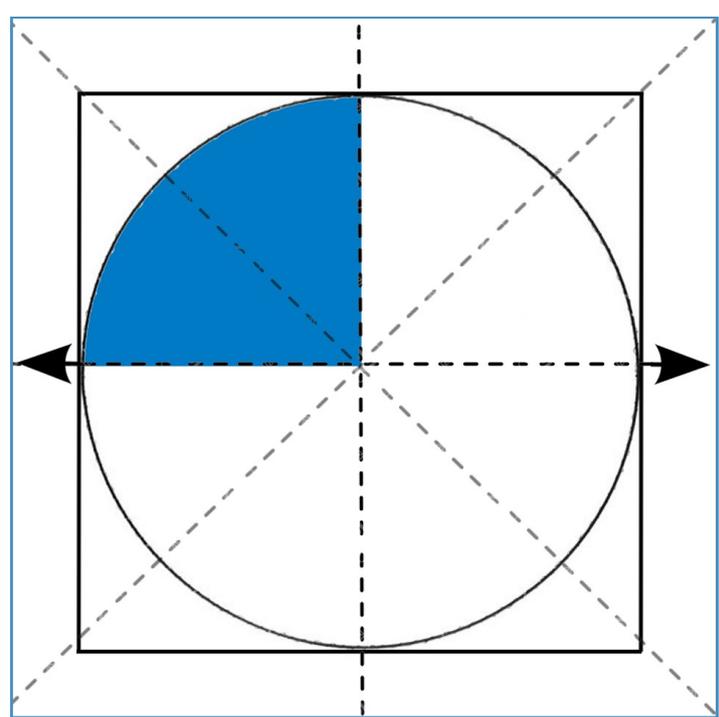
Acceptons les différences et utilisons intelligemment les synergies !

Et par une pratique régulière vous développerez des stratégies efficaces, vous augmentez votre flexibilité relationnelle... et vous deviendrez un bon communicant.

Bon travail !



MÉMO



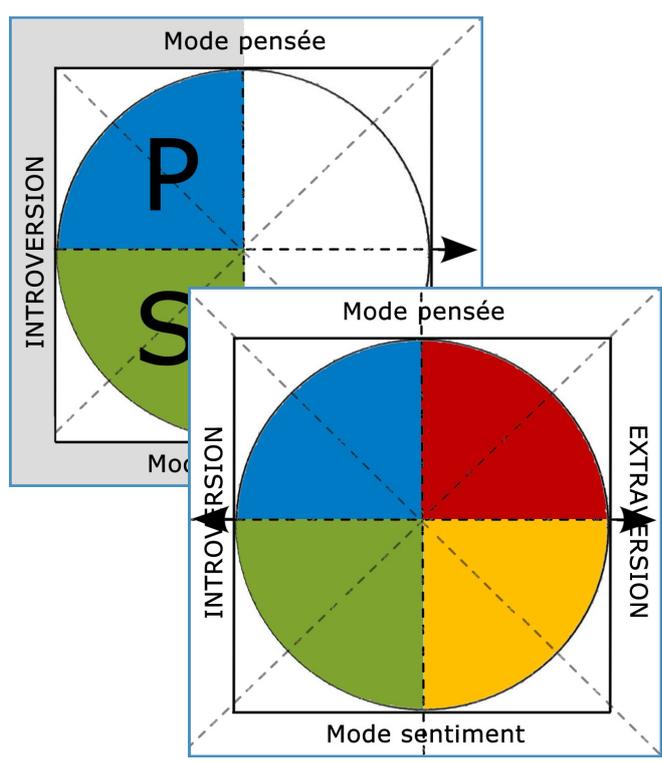
L'ÉNERGIE BLEUE : l'introverti mode pensée

DANS UN BON JOUR

EN CAS DE STRESS

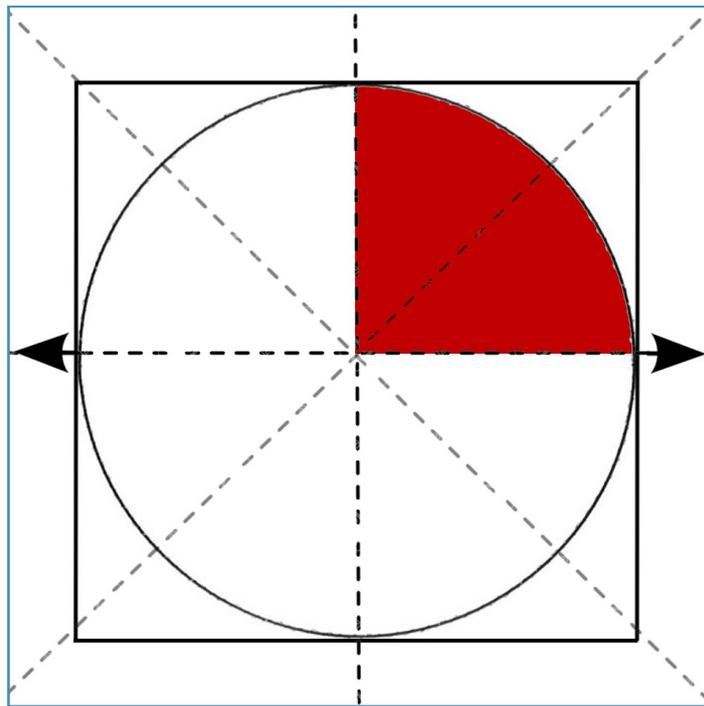
- Analytique
- Calme
- Cohérent
- Concis
- Conformiste
- Conscientieux
- Correct
- Aimant le détail
- Factuel
- Habile
- Lent
- Logique
- Minceux
- Observateur attentif
- Perfectionniste
- Précis
- Prévisible
- Prudent
- Rigoureux
- Structuré

- Très indécis
- Pinailleur
- Encore plus réservé
- Besoin d'encore plus de temps pour décider
- Sceptique
- Sera perçu comme une personne froide.





MÉMO



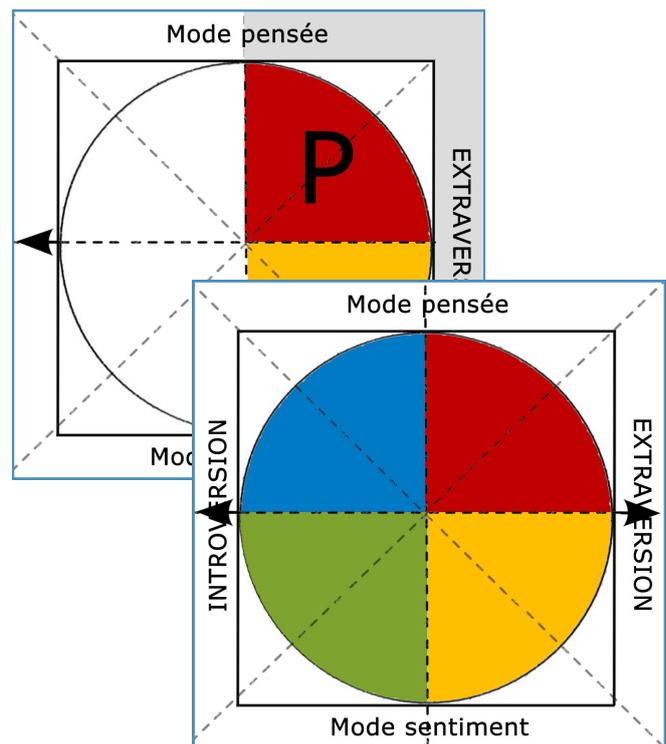
L'ÉNERGIE ROUGE : l'extraverti mode pensée

DANS UN BON JOUR

EN CAS DE STRESS

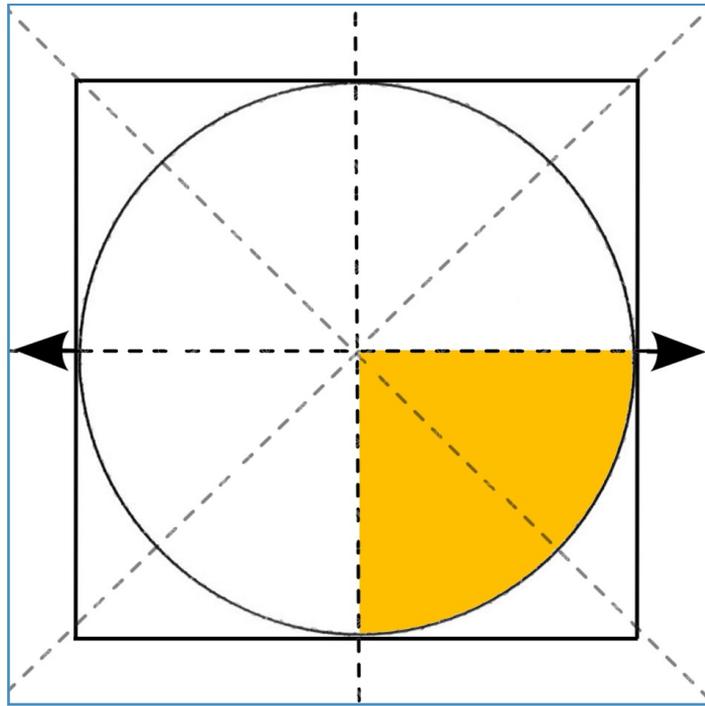
- Aimant relever les défis
- Autonome
- Aimant les changements rapides
- Compétiteur
- Confrontant
- Contrôlant
- Curieux
- Décideur
- Énergique
- Exigeant
- Aimant l'improvisation
- Indépendant
- Individualiste
- Leader
- Objectif SMART
- Spontané
- Travailleur
- Vif

- Très impatient
- Provocateur
- Très critique
- Bagarreur
- D'humeur colérique





MÉMO



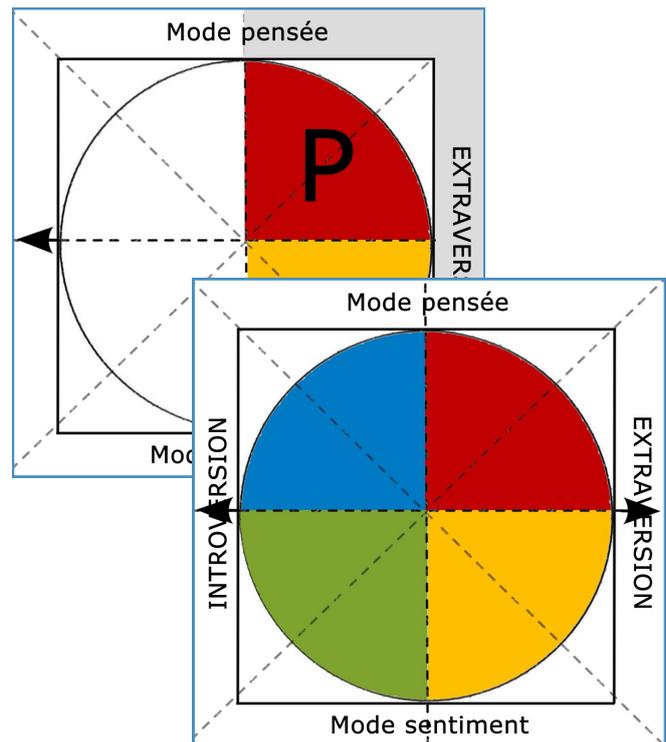
L'ÉNERGIE JAUNE : l'extraverti mode sentiment

DANS UN BON JOUR

EN CAS DE STRESS

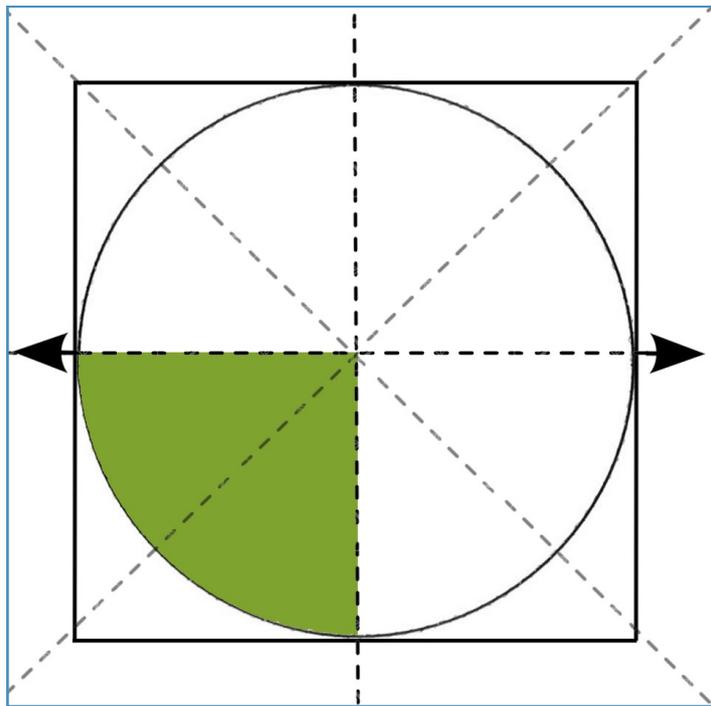
- Aimant la vie
- Collaboratif
- Curieux
- Démonstratif
- Ayant un bon relationnel
- Énergique
- Enthousiaste
- Épicurien
- Expansif
- Franc
- Généreux
- Impliqué
- Inspirant
- Joyeux
- Motivant
- Optimiste
- Ouvert
- Participatif
- Persuasif
- Plein d'entrain
- Rayonnant
- Sociable
- Spontané
- Aimant le travail d'équipe

- Illogique
- En retard
- Intransigeant
- Nerveux
- Désagréable
- Indiscret
- Bavard excessif
- Inconsidéré





MÉMO



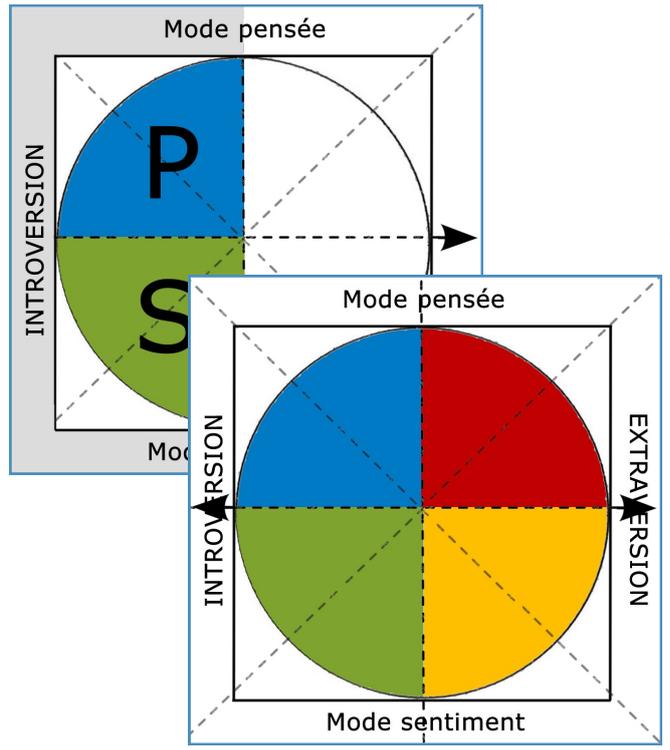
L'ÉNERGIE VERTE : l'introverti mode sentiment

DANS UN BON JOUR

- Accommodant
- Adaptable
- Affectueux
- Attentif aux autres
- Bienveillant
- Calme
- Constant
- Coopérant
- Défenseur des opprimés
- Détendu
- Diplomate
- Fiable
- Gentil
- Loyal
- Passif
- Patient
- Sauveur
- Serviable
- Stable
- Tolérant
- Aimant les valeurs humaines

EN CAS DE STRESS

- Docile
- Lourd
- Pesant
- Dépendant
- Têtu
- Ennuyeux
- Les rassurer sans se contenter d'une seule fois



5



Bientôt le jeu !