

FORMATION COACH POUR JEUNES ET ADOLESCENTS

DEMARCHE GOLDEN®

LES TYPOLOGIES

MODELE GOLDEN®

E	EXTRAVERSION	INTROVERSION	I
S	SENSATION	INTUITION	N
T	PENSEE	SENTIMENT	F
Z	ORGANISATION	ADAPTATION	A

LES TYPOLOGIES GOLDEN®

ISTA Praticien	ISFA Conciliateur	INFA Défenseur	INFZ Visionnaire
ISTZ Administrateur	ISFZ Protecteur	INTA Inventeur	INTZ Stratège
ESTA Pragmatique	ESFA Boute en train	ENFA Avocat	ENFZ Communicateur
ESTZ Organisateur	ESFZ Tuteur	ENTA Improvisateur	ENTZ Meneur

DIMENSIONS ET SOUS-EHELLES DU GOLDEN®

EXTRAVERSION	INTROVERSION
Expansif	Tranquille
Audacieux	Réservé
Ouvert	Secret
Participatif	Retenu

PENSÉE	SENTIMENT
Impartial	Empathique
Détaché	Compatissant
Logique	Subjectif
Combatif	Coopérant

ORGANISATION	ADAPTATION
Planificateur	Flexible
Structuré	Souple
Circonspect	Spontané
Conformiste	Non conformiste

SENSATION	INTUITION
Factuel	Abstrait
Pragmatique	Innovateur
Traditionnel	Original
Classique	Précurseur

LE 5^{EME} ELEMENT

TENDU	SEREIN
Soucieux	Optimiste
Inquiet	Assuré

CARACTERISTIQUES DU 5^{EME} ELEMENT

REACTION AUX FACTEURS DE STRESS

REACTION A L'ENVIRONNEMENT	STABILITE EMOTIONNELLE
<p style="text-align: center;">SOUCIEUX</p> <p>Les personnes soucieuses redoutent l'imprévu.</p> <p>Elles ont tendance à se préoccuper des situations dont elles n'ont pas le contrôle.</p> <p>L'avenir les inquiètent, et sont très soucieuse de l'opinion des autres.</p> <p>Elles sont hypersensibles et se sentent facilement blessées par les remarques ou critiques des autres.</p>	<p style="text-align: center;">OPTIMISTE</p> <p>Les personnes optimistes sont à l'aise dans les situations imprévues ou inhabituelles.</p> <p>Elles ne sont pas préoccupées pour les situations dont elles n'ont pas le contrôle.</p> <p>Elles ont confiance en l'avenir, et ne s'occupent pas ou très peu de l'opinion des autres.</p> <p>Elles ne sont pas très sensibles aux remarques et critiques des autres.</p>
<p style="text-align: center;">INQUIET</p> <p>Les personnes inquiètes se décrivent comme timides et soucieuses de l'image qu'elles renvoient aux autres.</p> <p>Elles sont assez anxieuses dans leur vie de tous les jours.</p> <p>Une anxiété qui peut aller jusqu'à un état dépressif (déprime).</p>	<p style="text-align: center;">ASSURE</p> <p>Les personnes assurées se décrivent comme décidées, dynamiques, confiantes et optimistes.</p> <p>Elles n'ont pas de préoccupations particulières de ce que les autres peuvent penser d'elles.</p> <p>Dans leur vie de tous les jours, elles sont dynamiques et prennent soin de leur forme sur le plan physique comme psychologique.</p>

**ADAPTATION DE SA COMMUNICATION SELON LES DIFFERENTES
TYPOLOGIES**

PERSONNALITE EXTRAVERTI - E	PERSONNALITE INTROVERTI- I
<ul style="list-style-type: none"> • Lui manifester de l'enthousiasme • Lui répondre rapidement • Lui permettre de penser à haute voix • Privilégier la communication orale • Porter mon attention sur le monde extérieur, les gens, les choses dans ma communication 	<ul style="list-style-type: none"> • Lui laisser le temps pour établir la confiance • Respecter le temps de la réflexion et des silences • Privilégier les rencontres de face à face • Porter l'attention sur les idées, les pensées, les impressions • Accepter une communication concise

SENSATION - S	INTUITION - N
<ul style="list-style-type: none"> • Apporter des faits concrets • Être réaliste et montrer les applications réussies • Se fonder sur des expériences vécues • Faire référence à des exemples précis • Mettre en avant la continuité • Procéder par étapes • Être clair et direct 	<ul style="list-style-type: none"> • Présenter d'abord le schéma d'ensemble • Ne donner des détails qu'à la demande • Susciter l'imagination • Faire valoir les nouvelles possibilités • Montrer les avantages futurs • Souligner la nouveauté • Faire référence à des processus généraux

PENSEE -T	SENTIMENT- F
<ul style="list-style-type: none"> • Être bref et concis • Ne pas digresser • Identifier les «pour» et les «contre» • Être objectif et avoir l'esprit critique • Être logique et rationnel • Présenter les objectifs en premier lieu • S'appuyer sur des concepts 	<ul style="list-style-type: none"> • Faire connaissance d'abord • Être chaleureux • Chercher les points d'accord • Montrer de l'intérêt pour la personne • Prendre en compte que les F ont de la difficulté à être critiqués • Prêter attention à la forme • Observer le comportement non verbal

ORGANISATION -Z	ADAPTATION - A
<ul style="list-style-type: none"> • Etablir un planning et s'y tenir • Ne pas procéder par surprise • Laisser du temps de préparation • Montrer des résultats • Être ordonné et planifié • Valoriser la décision rapide 	<ul style="list-style-type: none"> • Laisser les événements établir le calendrier • Envisager tous les aspects • Parler d'options et de possibilités • Accepter l'autonomie et la souplesse • Admettre qu'un changement n'est pas toujours de l'impulsivité