



CEOofYour.Life

Sujet à explorer:

Personnes/groupe impliqué(es):

Modèles mentaux

Exercice

Ma vérité

Ensemble

Leur vérité
(telle que je la comprends)

Un regard objectif sur votre vérité et la leur (telle que vous la comprenez).

Les faits

Quels sont les faits à la base du problème?

Quel terrain d'entente voyez-vous ?

Quels faits pourraient-ils avoir que vous n'avez pas et vice versa ?

La pensée

Quelles sont les réflexions qui me viennent à l'esprit sur ce sujet ? Quels faits ou préoccupations sont les plus importants à mon avis ?

Où pouvez-vous être flexible ?

Quelles pourraient être leurs pensées sur ce sujet ? Quels faits ou préoccupations pourraient être les plus importants dans leur réflexion ?

Les sentiments

Quels sentiments - qu'ils soient émotionnels ou physiques - vous viennent lorsque vous pensez au sujet ou essayez d'en discuter ?

Sur quoi pourrait-on faire des compromis ?

Quels sentiments peuvent-ils avoir ? Tenez compte de leur langage corporel, de leur posture ou de leurs expressions.

Les croyances et attentes

Quelles croyances pourrais-je avoir autour de ce sujet ou du point de vue de l'autre personne ?
Quelles sont mes attentes ?

À partir de quoi pouvez-vous créer ?

Quelles croyances et/ou attentes pourraient-ils avoir ? *(C'est une bonne occasion d'examiner comment vous vous êtes présenté et comment cela pourrait être perçu)*

Les valeurs

Lesquelles de mes valeurs fondamentales entrent en jeu ?

Quel objectif commun voyez-vous ?

Quelles valeurs pourraient-ils avoir qui compteraient pour eux dans toute discussion ou effort de collaboration ?



CEOofYour.Life

Modèles mentaux
Exercice

Ma vérité

Ensemble

Leur vérité
(telle que je la comprends)

Un regard objectif sur votre vérité et la leur (telle que vous la comprenez).

Les faits

Quels sont les faits à la base du problème?

Quel terrain d'entente voyez-vous ?

Quels faits pourraient-ils avoir que vous n'avez pas et vice versa ?

La pensée

Quelles sont les réflexions qui me viennent à l'esprit sur ce sujet ? Quels faits ou préoccupations sont les plus importants à mon avis ?

Où pouvez-vous être flexible ?

Quelles pourraient être leurs pensées sur ce sujet ? Quels faits ou préoccupations pourraient être les plus importants dans leur réflexion ?



CEOofYour.Life

Modèles mentaux

Exercice

Ma vérité

Ensemble

Leur vérité (telle que je la comprends)

Un regard objectif sur votre vérité et la leur (telle que vous la comprenez).

Les sentiments

Quels sentiments - qu'ils soient émotionnels ou physiques - vous viennent lorsque vous pensez au sujet ou essayez d'en discuter ?

Sur quoi pourrait-on faire des compromis ?

Quels sentiments peuvent-ils avoir ? Tenez compte de leur langage corporel, de leur posture ou de leurs expressions.

Les croyances et attentes

Quelles croyances pourrais-je avoir autour de ce sujet ou du point de vue de l'autre personne ?
Quelles sont mes attentes ?

À partir de quoi pouvez-vous créer ?

Quelles croyances et/ou attentes pourraient-ils avoir ? (C'est une bonne occasion d'examiner comment vous vous êtes présenté et comment cela pourrait être perçu)



CEOofYour.Life

Modèles mentaux
Exercice

Ma vérité

Ensemble

Leur vérité
(telle que je la comprends)

Un regard objectif sur votre vérité et la leur (telle que vous la comprenez).

Les valeurs

Lesquelles de mes valeurs fondamentales entrent en jeu ?

Quel objectif commun voyez-vous ?

Quelles valeurs pourraient-ils avoir qui compteraient pour eux dans toute discussion ou effort de collaboration ?