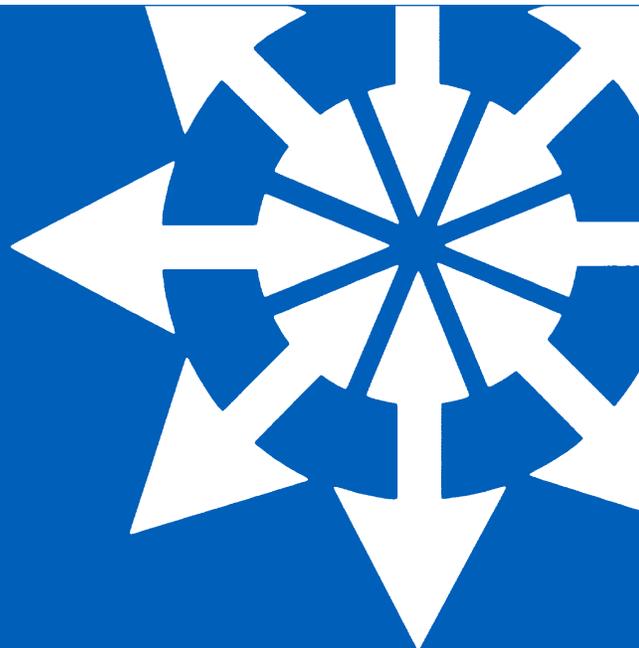


Inventaire des Styles de Vie

Plan d'Action

LSI 1 et 2



Analyse et plan d'action pour les LSI 1 et 2

L'objectif du *Life Styles Inventory*TM (LSI) est de vous aider à mener une vie personnelle et professionnelle plus riche, plus saine et plus gratifiante en développant des modes de pensée et de comportement plus efficaces.

Cette **analyse et ce plan d'action** vous aideront à utiliser votre retour d'information pour apporter des changements susceptibles d'accroître votre efficacité personnelle et professionnelle. Elle est basé sur les meilleures pratiques, les principes et les recherches indiquant que le changement de comportement a plus de chances de réussir lorsque :

- Les comportements et compétences souhaités sont clairement définis
- Il y a une réelle motivation à changer
- Les sources de résistance sont explicitement reconnues
- Des mesures sont prises pour effectuer le changement
- D'autres personnes soutiennent le changement de manière observable
- Des résultats positifs ou des gains à court terme sont réalisés dans l'intervalle

Élaborer un plan d'action pour un changement positif

Commencez par examiner les sections pertinentes a) de votre *Rapport de feedback LSI* et b) du *Guide d'interprétation LSI* pour mieux comprendre vos styles actuels et identifier ceux que vous pourriez vouloir changer. Utilisez le rapport et le guide pour identifier des exemples de comportements que vous adoptez actuellement et qui, selon vous, devraient être modifiés ou utilisés plus ou moins fréquemment. En outre, vous trouverez dans le guide des suggestions et des idées d'actions que vous pouvez entreprendre pour modifier certains aspects de votre pensée ou de votre comportement.

Conseils pour un changement réussi

Pour réussir votre plan d'action, il est important d'y travailler consciemment et délibérément. Mettez en pratique le nouveau modèle de comportement à chaque fois que vous en avez l'occasion et soyez vigilant à ne pas retomber dans d'anciennes habitudes. Il est utile de commencer par quelques changements faciles qui, une fois réalisés avec succès, renforceront votre confiance dans le travail sur votre style.

Lorsque vous commencerez à élaborer votre plan d'action, tenez compte des suggestions suivantes :

- Orientez vos efforts vers un seul comportement ou un ensemble de comportements apparentés.
- Utilisez les recommandations de votre *Rapport de feedback LSI* et du *Guide d'interprétation* - ainsi que les idées issues de conversations avec votre manager, votre coach, vos collègues et vos subordonnés directs - comme base pour formuler votre plan.
- Veillez à ce que votre plan soit simple. Ne vous laissez pas submerger par les détails.
- Concentrez-vous sur les actions et les styles liés à votre efficacité, votre stress, votre niveau de satisfaction ou d'autres résultats importants.

Partagez votre plan d'action

Partagez votre plan d'action avec au moins deux personnes, dont votre responsable, votre coach et des collègues de confiance. Décrivez votre plan et la réflexion qui le sous-tend à ceux qui vous donneront un retour d'information honnête et encourageant. Cela vous permettra de vous assurer que votre plan d'action est réaliste, bien ciblé et soutenu par d'autres.

Analyse LSI

A. Décrivez votre situation professionnelle actuelle	
<ul style="list-style-type: none"> Quels sont les principaux défis (par exemple, objectifs, changements, problèmes) auxquels vous êtes actuellement confronté(e) dans votre environnement de travail ? Au-delà du LSI, quels commentaires avez-vous reçus sur la manière dont vous abordez votre travail et vos relations avec les gens ? Les gens trouvent-ils facile ou difficile de travailler avec vous ? Pourquoi ? Quel(s) résultat(s) justifierait(ent) le temps et les efforts nécessaires pour vous améliorer ? 	
B. Analyser la description de soi de LSI 1	C. Analyser la description de votre LSI 2 par d'autres
<ol style="list-style-type: none"> Décrivez vos réactions et vos sentiments à l'égard de votre profil LSI. Qu'est-ce qui, le cas échéant, vous a surpris dans votre autodiagnostic ? (Description de soi) Quel(s) style(s) souhaitez-vous mieux comprendre et mieux connaître ? Dans quelle mesure vos réponses aux questions de satisfaction et de synthèse des perceptions conduisent-elles ou résultent-elles de votre réflexion ? Quels liens voyez-vous ? Sur la base de vos résultats au LSI 1, quels sont les styles qui vous semblent les plus propices à l'amélioration ou au développement ? Pourquoi ? 	<ol style="list-style-type: none"> Décrivez vos réactions et vos sentiments à l'égard de votre profil LSI 2. Qu'est-ce qui vous a surpris, le cas échéant, dans les résultats de la description par d'autres personnes ? Quel(s) style(s) souhaitez-vous mieux comprendre et approfondir ? Comment les réponses des autres aux questions sur la synthèse des perceptions mènent-elles à leur description de vos styles de pensée et de comportement ou en découlent-elles ? Quels liens voyez-vous ? Sur la base de vos résultats au LSI 2, quels sont les styles qui vous semblent les plus prometteurs en termes d'amélioration ou de développement ? Pourquoi ?

Analyse LSI (suite)

D. Comparez les résultats du LSI 1 et du LSI 2

1. Quelles sont les similitudes entre vos profils LSI 1 et LSI 2 ?
2. Quelles sont les différences entre les deux profils ?
3. En examinant la grille de synthèse, quels sont les styles qui vous paraissent susceptibles d'être améliorés ou développés ?

E. Objectif(s) de changement

Sur la base de l'analyse de votre situation professionnelle et de vos résultats LSI :

- Quels sont les modes de pensée et de comportement que vous souhaitez le plus changer ?
- Pourquoi ? Que gagnerez-vous à effectuer ces changements ?
- Comment pensez-vous que les autres réagiront à vos changements de comportement ?
- Quels indices utiliserez-vous pour vous avertir que vous revenez à votre ancien mode de pensée et de comportement ?

Votre plan d'action

Passez en revue les descriptions des styles que vous avez ciblés dans le guide d'interprétation du LSI.

A. Changements souhaités	
Citez 1 à 3 changements de comportement spécifiques que vous allez effectuer pour être plus constructif et accroître votre efficacité. Qu'est-ce qui sera différent dans ce que vous direz ou ferez ?	
1.	
2.	
3.	
B. Obstacles et stratégies de réussite	
Dressez la liste des facteurs spécifiques susceptibles d'entraver vos efforts de changement. Décrivez ensuite la stratégie ou les mesures que vous prendrez pour surmonter chaque obstacle.	
Barrière	Stratégie/Action(s)

Votre plan d'action (suite)

Passez en revue les descriptions des styles que vous avez ciblés dans le guide d'interprétation du LSI.

C. Mesures à prendre

Dressez la liste des actions spécifiques que vous entreprendrez pour réaliser les changements souhaités et indiquez le délai dans lequel vous les entreprendrez. Ensuite, pour chaque action, identifiez les personnes à qui vous demanderez un retour d'information et dressez la liste des autres mesures que vous utiliserez (en plus d'une réévaluation du LSI*) pour évaluer vos progrès et votre réussite.

Actions à entreprendre	Cadre temporel	Retour d'information d'autrui/ A qui demanderez vous de vous donner un feedback	Autres mesures de progrès/ Signes de réussite

*Une nouvelle mesure de votre LSI 1 (auto-description) peut être effectuée dans un délai de 6 à 12 mois. Il est recommandé de réévaluer à la fois votre LSI1 et votre LSI 2 (auto-description et description par les autres) dans les 12 à 18 mois.

Remarques



French v. 1.0
Printed in U.S.A. 12/24

Human Synergistics FrancoBeLux

Belgique : France :
Waterstraat 61 b 1 6A rue des chantiers
3740 Bilzen 77330 Ozoir la Ferrière
+32 (0)475 29 00 39 +33 (0) 6 07 13 36 90

www.humansynergistics.com/fr-fr

Human Synergistics est également présent :

Allemagne • Australie • Belgique
Brésil • Canada • Corée du Sud
France • Grèce • Hongrie • Îles
Britanniques • Nouvelle Zelande
Pays Bas • Roumanie • Serbie

Recherche et développement originaux:
J. Clayton Lafferty, Ph.D.

Copyright © 2024 par
Human Synergistics International.
Tous droits réservés.