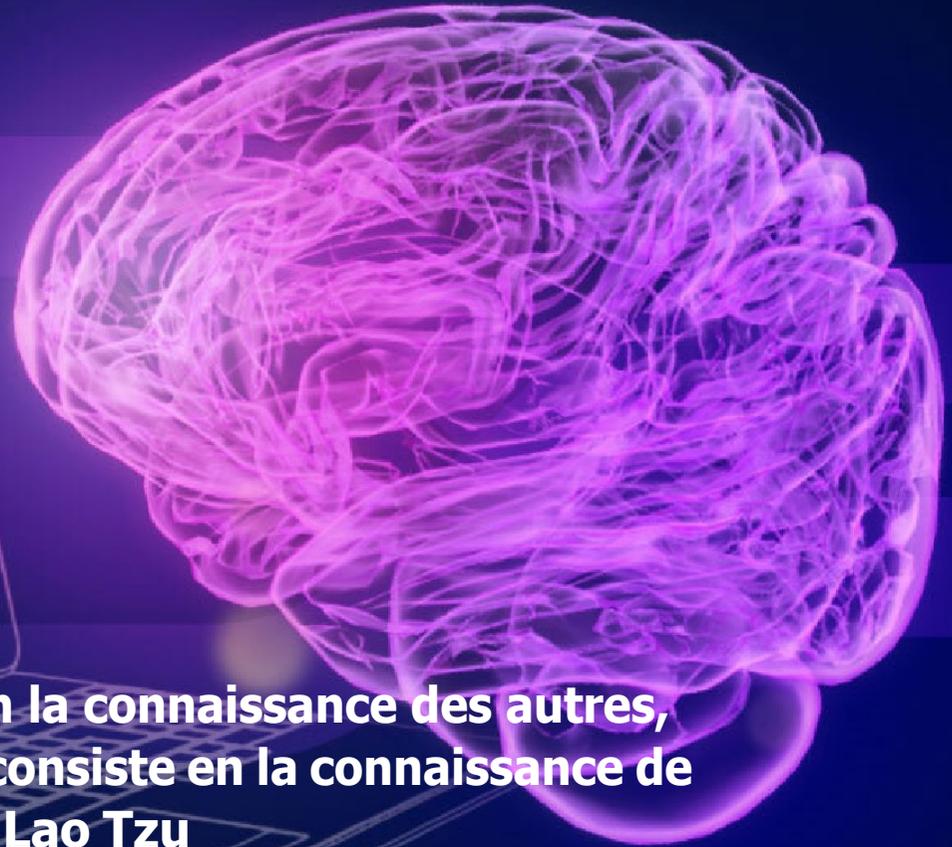




OPEN MIND
NEUROTECHNOLOGIES

CARTOGRAPHIE LEADERSHIP DU FUTUR

(Extrait de Synthèse)

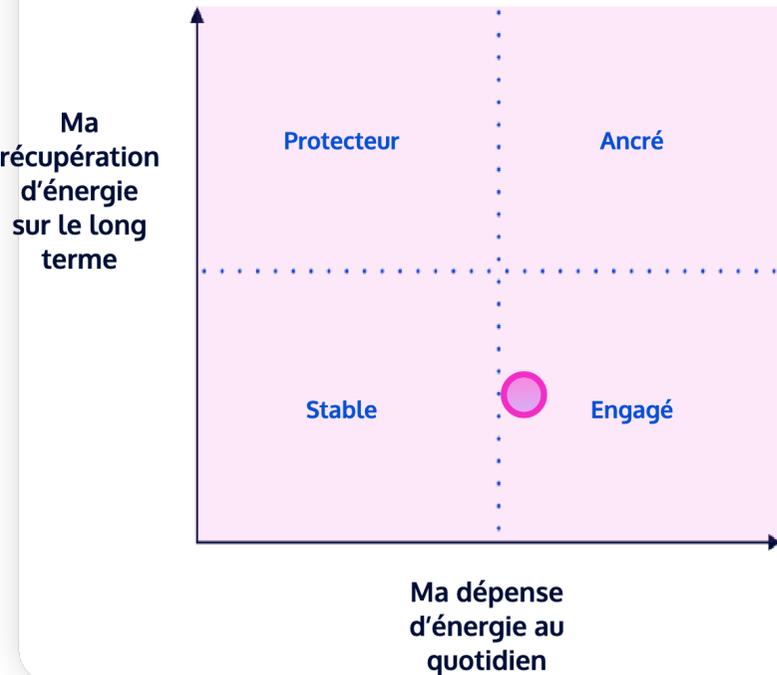


**“L’intelligence consiste en la connaissance des autres,
alors que la vraie sagesse consiste en la connaissance de
soi.” Lao Tzu**

Ce rapport a été généré le mardi 25 avril 2023 par la société Open Mind Innovation et contient des données personnelles et confidentielles. Dans le cadre de la loi « Informatique et Libertés » vous disposez des droits d'accès à, de rectification, de portabilité et d'effacement de vos données, des droits de limitation et d'opposition à leur traitement, de retirer votre consentement le cas échéant et de prendre des dispositions pour le transfert de vos données à des tiers au moment de votre décès.
Pour exercer vos droits, vous pouvez contacter dpo@omind.me.

Synthèse de vos résultats

Ancrage émotionnel



Protecteur

Au quotidien, vous dosez votre énergie, par exemple, vous lâchez prise face à un événement hors de votre contrôle. En cultivant vos leviers d'épanouissement, vous maintenez votre engagement de manière durable.

Ancré

Au quotidien, vous vous mobilisez pleinement dans vos projets, activités ou responsabilités. En cultivant vos leviers d'épanouissement, vous maintenez votre engagement de manière durable. Ainsi, votre dépense d'énergie est équilibrée par une récupération forte.

Stable

Au quotidien, vous dosez votre énergie, par exemple, vous savez garder votre calme sous pression. A plus long terme, vous conservez un très haut niveau d'exigence envers vous-même malgré les accomplissements, quitte parfois à ce que cela nuise à votre récupération.

Engagé

Au quotidien, vous vous mobilisez pleinement dans vos projets, activités ou responsabilités. Vous ne vous reposez pas sur vos acquis et vous challengez, quitte parfois à ce que cela nuise à votre récupération. Équilibrer votre énergie pourrait vous aider à développer votre bien-être et vous préserver.

Definition

Les émotions ont une fonction bien précise : elles nous renseignent sur notre environnement, en nous permettant d'identifier très rapidement si une situation est menaçante ou au contraire profitable. Les émotions ont cependant aussi un coût : plus

elles sont intenses, et plus elles mobilisent notre énergie.

Pour garder un ancrage émotionnel fort en toute situation, il est donc nécessaire de cultiver l'équilibre entre ce qui brûle de l'énergie au quotidien (des émotions intenses, un fort engagement, etc.) et ce qui restaure notre capital d'énergie (les leviers d'épanouissement).



Ancrage émotionnel

Réguler ses émotions et son stress

La régulation émotionnelle est la deuxième phase de notre réaction émotionnelle. Elle matérialise la récupération après une émotion ou un stress, qu'il soit positif ou négatif. Cela se situe avant tout dans le corps : cœur qui décélère, relâchement nerveux...

Dans votre quotidien, la régulation émotionnelle est votre meilleure alliée lorsqu'il s'agit de lâcher prise face à un événement qui est hors de contrôle, ou garder votre calme sous pression.

Regulation émotionnelle



Votre régulation émotionnelle est dans la moyenne

: évaluation déclarative



OPEN MIND
NEUROTECHNOLOGIES



www.omind.me
contact@omind.me

Ce rapport a été généré le mardi 25 avril 2023 par la société Open Mind Innovation et contient des données personnelles et confidentielles. Dans le cadre de la loi « Informatique et Libertés » vous disposez des droits d'accès à, de rectification, de portabilité et d'effacement de vos données, des droits de limitation et d'opposition à leur traitement, de retirer votre consentement le cas échéant et de prendre des dispositions pour le transfert de vos données à des tiers au moment de votre décès.

Pour exercer vos droits, vous pouvez contacter dpo@omind.me.