

Mieux se connaître pour mieux communiquer

Comme le dit l'adage, «*connais-toi toi-même*» !



Modalités	En présentiel ou à distance
Durée	2 jours en présentiel ou 4 x 3h30 à distance
Cible	Tout public
Prérequis	Questionnaire digital DISC
Evaluation	Quiz d'évaluation des acquis et/ou évaluation du formateur sur la base des mises en situation
Tarif	Sur devis

Objectifs pédagogiques

- Mieux se connaître soi-même, ses forces, ses limites et ses axes de développement
- Mieux comprendre comment et pourquoi les autres sont différents de soi
- Développer son aptitude à adapter son style de communication à tous types d'interlocuteurs

Déroulé

Jour 1 : se comprendre

Poser le cadre de la formation et recueillir les attentes des participants

- Découvrir la méthode DISC d'Assessments 24x7
- Décrire et reconnaître les comportements de chaque style :
 - Rouge : foncé, énergie, indépendant...
 - Jaune : Enthousiaste, social, tonique ...
 - Vert : attentionné, calme, fiable ...
 - Bleu : Précis, analytique, réfléchi...
- Découvrir son profil individuel

Jour 2 : se faire comprendre

- Adapter sa communication à chaque style en fonction de la situation
- Appréhender les forces, les besoins, les limites et les peurs de chaque style
- Comprendre les raisons et les conséquences des affinités et des rapports difficiles en fonction des profils
- Mettre en pratique et s'entraîner à partir des participants
- Faire le bilan des apprentissages avec l'Etoile du changement

La pédagogie Mauricette

- Découverte et appropriation de la méthode via le jeu
- Temps de découverte individuelle et d'échange en binômes et sous-groupes
- Expérimentation, partage d'expériences

*Cette formation vous intéresse ?
Contactez Thomas, notre Business Manager !*

 tpommier@aneo.fr

 06 59 37 97 21

