

Renforcer sa communication grâce au DISC

Public visé : tout public

Pré requis : Les participants sont invités à réfléchir à 2 situations dans lesquelles ils ont eu une communication trop abrupte, ou infructueuse ayant entraînée tensions, incompréhensions, rebellions, ou encore démotivation

Les participants sont invités à réaliser le test DISC pour connaître leur profil de communication

Programme

Qu'est-ce que Communiquer ?

- Le schéma de la communication
- Appréhender les 3 dimensions de la communication : Verbal (les mots)- Para verbal (la voix)- Corporel (la posture)
- L'écoute de qualité
- L'autre et son cadre de référence
- Les pièges relationnels : systèmes de représentations, préjugés, attitudes, croyances, valeurs

Mieux communiquer : les astuces !

- Déterminer son objectif de communication
- Etre clair dans son discours
- La relation : l'établir, l'entretenir
- Outils et techniques au service de la communication : Ecoute active- Questionnement- Reformulation

Identifier mon profil de communication- Test DISC en amont de la formation (30 à 40 mn en distanciel)

- Découvrir le modèle DISC
- Identifier mon propre profil
- Comprendre les différents profils de communication
- M'adapter aux différents profils de mes interlocuteurs

Anticiper les situations difficiles et les dépasser

- Identifier et analyser les situations délicates
- Prévenir les tensions
- Mieux réagir quand on se sent « agressé »

M'affirmer dans la communication

- Formuler mes désaccords de manière non conflictuelle
- Exprimer des critiques non agressives grâce à l'outils DESC
- Instaurer une relation de respect mutuel et de confiance avec mon interlocuteur

Objectifs :

- Identifier son profil de communication et reconnaître celui de son interlocuteur
- Développer son argumentaire et l'adapter
- Analyser les situations délicates
- Communiquer sans agressivité

Programme 2022-2023

Durée : 2 jours en présentiel ou distanciel

Lieu : A définir selon vos besoins sur site ou dans nos locaux Beauvais ou région

Evaluation :

Questionnaire remis en fin de formation

Tarif : Nous consulter

Renseignements :

Contact@solutions-coaching.fr

Ou

06 82 43 95 27