Maîtriser les outils de la communication interpersonnelle grâce à l'outil DISC

En milieu professionnel, il s'avère parfois difficile pour certains d'entre nous de se mettre en avant, de s'affirmer ouvertement, avec simplicité, face à chacun de ses interlocuteurs, dans les différentes situations de communication du quotidien. Ou encore de communiquer sur ses réussites, sans « en faire des tonnes », simplement pour être reconnu à sa juste valeur ou obtenir une promotion.

Objectifs :

- **Connaître son profil de communication et celui des autres**
- **Identifier les besoins des autres**
- **Développer la cohésion d'équipe**
- **Permettre une meilleure collaboration au sein de l'équipe**
- **Adapter sa communication à son interlocuteur**

Programme :

- **Les fondamentaux de la communication**

- Le schéma de la communication
- Appréhender les 3 piliers d'une relation : soi, autrui et la situation
- Connaître les fondamentaux de la communication interpersonnelle
- Analyser les principaux obstacles à une bonne communication
- Développer des rapports constructifs tout en préservant la qualité de la relation
- Les pièges relationnels : systèmes de représentations, préjugés, attitudes, croyances, valeurs

- **Identifier le profil de ses interlocuteurs à travers le modèle DISC**

- Découvrir les 4 styles comportementaux : "dominance", "influence", "stabilité", "conformité"
- Les émotions génératrices d'énergie
- Savoir identifier les indicateurs comportementaux (mots, gestes, voix)
- Connaître et reconnaître la dynamique de ses interlocuteurs
- Identifier et accepter les besoins de l'autre

- **Connaître son profil DISC**

- Lecture de son profil comportemental
- Le profil naturel et le profil adapté
- Prendre conscience de ses préférences comportementales, de ses zones de confort et d'inconfort
- Identifier les situations de communication à risque

- **Communiquer entre les styles**

- Comment les profils se perçoivent entre eux
- Interaction entre les styles
- S'adapte en fonction du style de son interlocuteur
- Apprendre à développer les complémentarités et dépasser les confrontations

- **Développer son agilité relationnelle et mieux communiquer en cas de conflit**

- Adapter sa stratégie de communication tout en gardant sa personnalité
- Identifier les principaux signaux de stress de chaque profil
- Exercices et jeux de rôle en situation professionnelle ou personnelle des participants
- Découvrir et comprendre les sources d'incompréhensions et de conflits liés aux besoins de chacun
- Prévenir et gérer les tensions
- Sortir des conflits grâce au modèle DISC

Public: Tout collaborateur et manager désireux d'améliorer la nature de sa collaboration avec et dans l'entreprise

Pré requis: Réaliser le test DISC et forces motrices en amont de la formation qui est transmis via un lien envoyé par mail 3 semaines avant la formation

Durée : 2 jours (14 h) en présentiel

Délais d'accès : Après analyse de votre demande, 1 mois à compter de la signature du devis.

Tarif : Sur devis après analyse du besoin

Modalités pédagogiques :
- Apports méthodologiques et théoriques,
- Exercices pratiques individuels et en sous-groupe,
- Échanges d'expériences.

Formation accessible aux personnes en situation de handicap.
Référent handicap :
Ilda TAILLET, 06 82 43 95 27

Evaluation : Le formateur évalue la progression pédagogique du participant tout au long de la formation au moyen de QCM, mises en situation, travaux pratiques...
Le participant complète également un test de positionnement en amont et en aval pour valider les compétences acquises.

Reconnaissance visée :

À l'issue de la formation une attestation de formation est remise au participant

Solutions Coaching -147 Rue de Saint-Just des Marais, 60000 Beauvais-06 82 43 95 27
Contact@solutions-coaching.fr www.solutions-coaching.fr Siret : 812 728 210 000 12