

INTERAGIR AUTREMENT AVEC LA MÉTHODE DES COULEURS

DÉVELOPPEMENT
PERSONNEL

Réf. CSI

Mieux se connaître pour mieux échanger

Maintenant, je sais ce qu'il faut faire pour "faire passer le courant".

Maxime (responsable service logistique)



2 jours soit 14 heures



Formation inter



8 personnes maximum



Formation intra

PUBLIC

- Toute personne désireuse de mieux se connaître et de mieux connaître les autres pour établir des relations plus confortables.

OBJECTIFS

A l'issue de la formation, chaque participant :

- Aura identifié son profil et son propre style d'interaction ;
- Saura reconnaître le style comportemental de ses collègues, de ses amis, de ses proches ;
- Pourra mieux s'adapter et enrichir ses échanges.

MÉTHODE

Une approche personnalisée :

- Chaque participant reçoit son inventaire de personnalité (24 pages) et exploite les résultats avec le consultant formateur.
- Les apports théoriques et les études de cas permettent de repérer les profils psychologiques de l'entourage professionnel.
- Une formation rythmée et concrète, avec des mises en situation qui permettent aux participants de s'approprier le modèle.



PROGRAMME

Les 4 profils comportementaux de la méthode D.I.S.C.

- Le langage des couleurs : objectifs et domaines d'application dans la vie de tous les jours.
- Les points forts, limites, besoins et moteurs de chaque profil.
- La communication à adopter selon le profil et le contexte.

Découvrir son profil

- Comprendre les interactions entre les profils.
- Analyser les différences de comportements.
- Anticiper les conséquences.

Identifier le profil des autres

- Repérer rapidement le mode de fonctionnement des personnes de son entourage.
- S'y adapter et trouver un terrain d'entente.

Anticiper et traiter les situations délicates

- Comprendre les difficultés relationnelles rencontrées par les uns et les autres.
- Anticiper les comportements inefficaces dans les situations à risques.
- Savoir recevoir un reproche, exprimer un refus, faire une remarque, faire face à la colère.
- Reconnaître derrière la tension le besoin exprimé par soi-même et par les autres.
- Retrouver le chemin du dialogue.
- Gérer son stress et garder le contrôle de la relation.