



Formation en Communication

OBJECTIFS pédagogiques

Objectif : Approfondir la connaissance de soi et celle des autres (comportements, attitudes et choix) pour mieux communiquer et mieux travailler ensemble.

PHRASES ACCROCHE :

Renforcer votre confiance dans la relation à l'autre !

LES PLUS DE LA FORMATION

Formation en développement personnel donné par un coach professionnel expérimenté, spécialiste du DISC. Il est concentré sur l'apprentissage de l'écoute de soi et de l'autre et sur la façon de faire et recevoir un feedback qui renforce la confiance dans la relation à l'autre.

FINALITE

A l'issue des 2 jours, les participants auront pris conscience de leurs forces et faiblesses comportementales spécifiques, auront gagné en flexibilité dans leur relation aux autres, et auront renforcée leur identité professionnelle de manager.

Compétences développées :

Identifier son style de communication

Identifier le style de communication de son interlocuteur

Adapter sa communication aux différents styles de personnes rencontrées

Adopter les comportements qui permettent d'établir une relation de confiance avec son interlocuteur

Prévenir et résoudre les malentendus dans la communication

Recevoir et donner du « Feed-back »

PUBLIC : Managers et équipiers

DUREE : Durée : 2 jours

TARIF : 800 à 1200 HT la journée + 100 HT par analyse DISC

CONTENU :

Proposition d'intervention:

▪ **Jour 1 :**

Matin : redécouverte de soi et des autres

- **Accueil :** la formation, les règles de fonctionnement, présentation rapide, motivation du groupe (1h)
- **Porter l'attention sur l'écoute :** comment je me perçois (qualité proche, qualité éloigné à partir d'un jeu de carte), 1 reformulation par un participant au hasard : passages en grand groupe puis en quartet, débriefing (1h15)
- **Porter l'attention sur l'énergie relationnelle :** jeu des baguettes chinoises (métaphore relationnelle) et débriefing (45min)
- **Le Disc, présentation synthétique :** exposé en grand groupe (30 min)

SenseEvidence – 2 square de sendai – 35700 Rennes

Formation en management et efficacité professionnelle – Accompagnement au changement
Tel : **06.61.16.77.86** – cedrick.fromont@sensevidence.fr - www.sensevidence.fr

Siret : 51297455000035 – -Activité de formateur enregistrée N° : 11755198775



Après midi : me reconnaître dans le modèle et identifier le comportement des autres

- **Nos comportements "spécifiques et problématiques"**: réaction sur une grille DISC, pile et face (les forces et faiblesses de chaque couleur) et débriefing grand groupe. (30 min)
- **Exploration de cas concrets** : travail par 2. Trouver une situation problématique relationnelle réelle et une situation de grande entente relationnelle (cas concret). Quelles sont les couleurs des comportements impliquées, pourquoi ? Débriefing grand groupe (1h)
- **Eléments clés de reconnaissance des styles de communication DISC** (apport théorique) : comportement, énergie, façon de communiquer. Filtres de stress. Exposé/réaction(1h)
- **Reconnaissance individuelle** : « je me vois plutôt, je te vois plutôt" (aller chercher un bracelet de couleur). **Envoi des rapports par mail** (30 min)

Soirée par les participants : Lecture des rapports DISC et écriture des questions spécifiques qu'ils se posent.

▪ **Jour 2 :**

Matin : approfondir la compréhension de soi au travers du modèle DISC

- **Retour sur la veille**: en quartet, « dessiner ce que vous avez retenu » puis partage en groupe (1h00)
- **Photo de groupe** : sur un dessin sur le sol de la pièce, chaque personne se place selon sa couleur. et parle de ce qu'il perçoit (but : sentir physiquement ce qui est proche et ce qui est éloigné de soi) (1h00)
- **Débriefing du rapport puzzle DISC** : en grand groupe, vidéoprojecteur d'un rapport DISC et réponses aux questions spécifiques.(1h00)

Après midi : mieux communiquer avec le puzzle Disc

- **Les différentes façons de communiquer avec le DISC** : en quartet (c'est une autre langue) 45min
- **Améliorer sa capacité à générer des relations de confiance avec les autres couleurs du DISC** : à partir des **situations problématiques**, en grand groupe, puis en petits groupes : jeux de rôles (1 participant par couleur) 2h00
Et débriefing
- Les types de **management et les couleurs du DISC**: grille rapide. (15-30 min)
- Clôture et pont vers le futur (1er pas en avant) (15-20min)

5-METHODE PEDAGOGIQUE

L'ensemble de l'intervention vise l'acquisition d'un savoir être relationnel.

Le transfert de connaissance par l'intervenant est minimum au delà du modèle : nous cherchons à faire exprimer ce qui apparait par l'expérimentation , c'est un rassemblement de connaissances mis en, forme dans un système cohérent. L'ensemble de l'intervention se compose de jeux de découverte (cartes DISC, jeu des baguettes, jeu de réflexion), de travail en petits groupes (duo,quartet) pour faire sens des contenus transmis et expérimenter concrètement les processus de communication pour gagner en flexibilité comportementale.

8-INTERVENANTS

SenseEvidence – 2 square de sendai – 35700 Rennes

Formation en management et efficacité professionnelle – Accompagnement au changement
Tel : **06.61.16.77.86** – cedrick.fromont@sensevidence.fr - www.sensevidence.fr

Siret : 51297455000035 – -Activité de formateur enregistrée N° : 11755198775



Cédric Fromont a été manager en entreprise pendant 10 ans. Il a travaillé dans le milieu associatif, dans la restauration, au sein de PME et dans deux grandes entreprises de la Distribution. En 2010 il a créé SensEvidence- accompagnement au développement personnel et professionnel- et s'est spécialisé sur les problématiques de confiance en soi. Il intervient en individuel et en collectif auprès de particuliers et d'entreprises.

Titulaire d'un DESS de gestion des entreprises, il est coach en accompagnement du changement certifié par l'école du Dôjô (5000h sur 10 ans), formateur pour adultes certifié par la CEGOS, et formateur en facilitation d'intelligence collective pour Développer les talents. Il est également certifié praticien en PNL, formé à la Process communication, à l'analyse transactionnelle (101), au coaching d'équipe, aux pratiques narratives et aux techniques de codeveloppement professionnel. Il est accrédité Puzzle Disc.