

MIEUX SE CONNAÎTRE AVEC LE DISC ARC-EN-CIEL

Objectifs pédagogiques

- Prendre conscience de nos différences de perception et de comportement
- Se reconnaître et reconnaître les autres dans la roue
- Tenir compte des motivations de chacun
- Mieux se connaître et mieux communiquer

Prérequis

Aucun

Public

Personnes souhaitant mieux se connaître

Durée

2 jours (14 heures)

Dates

Sur demande

Tarifs INTRA

2.400,00 € HT

Nombre participants

2 à 12 personnes max

Modalités d'évaluation

Evaluation de l'OF par les stagiaires en fin de stage

Accessibilité de l'offre

En présentiel dans les locaux mis à disposition par le client ou à distance via teams



Un outil pour mieux se connaître et mieux comprendre les autres

La méthode des Couleurs Arc-en-Ciel permet à tous les professionnels en entreprise de :

- Mieux se connaître dans ses forces et faiblesses en tant que personne et dans sa fonction professionnelle,
- S'assouplir et se développer tout en respectant ses limites,
- Mieux reconnaître les autres (collaborateurs, collègues, managers) dans leurs forces et faiblesses en tant que personnes et dans leurs fonctions professionnelles,
- Intégrer et prendre en compte la situation.

Cette formation peut, idéalement, être complétée par une journée sur « comment mieux communiquer ? » en fonction de son profil, de la situation et du profil de son interlocuteur. Elle peut également être complétée par une journée sur « mieux gérer les conflits » pour mieux comprendre ce qui se joue dans la relation et ce qui va favoriser la rencontre avec l'autre.

Programme

Les différences de perception dans la communication

- L'autre n'est pas moi
- Schéma de la communication
- *Exercice d'application : Le portrait chinois*

Découverte du langage des couleurs

- Deviner la couleur dominante des autres participants
- *Exercice d'application : Deviner la couleur des participants*
- Prendre conscience de manière pratique des différences de comportements et de l'importance de considérer ces différences dans nos relations avec les autres
- Les couleurs à travers les mots, le ton de la voix, le langage du corps
- *Exercice d'application : Les couleurs de vos héros*

Théories à l'origine du DISC

- La théorie de Marston
- La théorie de Jung
- Les préférences de Jung et leur rapprochement avec les traits dominants de Marston

Lecture du profil

- La différence entre Style Naturel et Style Adapté
- Le graphique des couleurs
- Le comportement nuancé avec l'approche des motivations
- *Exercice d'application : Découvrir ce qui motive chaque couleur et reconnaître les motivations des autres*
- *Savoir identifier son positionnement sur la roue*

Mieux comprendre les autres grâce au DISC

- S'exercer à des comportements autres que le sien afin d'améliorer les relations avec ses interlocuteurs.
- *Exercice d'application : Apprendre à jongler*
- Amener les autres à se sentir à l'aise avec vous et la situation
- S'exercer à découvrir les motivations chez les autres
- S'entraîner à la flexibilité et communiquer
- *Mise en situation : Formuler une demande de manière à convaincre ses interlocuteurs*

« L'être humain accompli est celui qui a :

Le courage est la volonté d'agir pour changer ce qu'il peut changer,
La sérénité d'accepter ce qu'il ne peut pas changer,
La sagesse d'en faire la différence. »

Marc-Aurèle

Modalités et moyens pédagogiques

Diaporama
Remise de la copie du diaporama sous format pdf
A chaque étape, des exercices d'application et cas pratiques
Jeux de rôles

Information Handicap

Toutes les formations peuvent être accessibles aux personnes en situation de handicap. Chaque situation étant unique, vous préciserez le(s) handicap(s) à l'inscription. Nous pourrions ainsi confirmer l'ensemble des possibilités d'accueil et vous permettre de suivre la formation dans les meilleures conditions.

Pour toutes informations complémentaires, nous vous conseillons les structures suivantes : AGEFIPH (www.agefiph.fr), FIPHFP (www.fiphfp.fr)
Entre2coaching Médiation EURL tient par ailleurs à votre disposition une liste de partenaires ressources mobilisables le cas échéant.

