Programme de Formation

INSIGHTS DISCOVERY - 2 Jours

Se connecter à l'autre pour partager un monde commun et limiter le stress lié à l'inconnu. Comprendre comment on opère et comment opère autrui pour mieux se gérer et être en harmonie avec l'autre.

Organisation

Durée : 16 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Formateur :

Contenu pédagogique

Objectifs pédagogiques

- Mieux se comprendre soi et les autres
  - Prendre conscience des différences de perception
  - Avoir une image claire de nos interactions
  - Comprendre son style personnel et l'impact sur autrui
  - Comprendre ses zones de confort et d'effort
  - Comprendre ses réactions sous stress
- Mieux reconnaitre/repérer les différents types de personnalité
- Identifier les forces et faiblesses des différentes énergies
- Communiquer en phase avec mes interlocuteurs
- S'adapter et cibler sa communication
- Gagner en efficacité relationnelle
- Prévenir les situations conflictuelles

Description

Jour 1

- Introduction aux préférences de Jung et aux perceptions
- Approche des énergies de couleurs et des caractéristiques
- Découverte des nuances et des dynamiques particulières
- Identification des forces et frustrations liées à l'utilisation des couleurs
- Découverte de mon profil : débriefing et feedback
- Reconnaitre le style d'autrui - introduction aux 8 typologies
- S'adapter et entrer en relation. Les « booster » de la communication et les « freins »

Jour 2 : 1/2 journée "un pas plus loin"

- Qu'ai-je mis en place suite à ma formation ?
- Les 8 typologies de personnalité et leurs spécificités
- Exprimer un Feedback impactant
- Les séquences prévisibles de réaction sous stress, les outils pour en sortir
- Affûter encore sa détection des couleurs et décliner la communication dans les différentes énergies
- Nouveau / continuité de mon plan d'action

Nos formateurs tiennent à votre disposition une bonne trentaine de séquences, d'outils et de trucs & astuces qui seront choisis lors de chaque module en fonction des échanges et des attentes des participants

Modalités pédagogiques

Apprentissage ludo-pédagogique
Jeux de rôles et feedback croisés
Jeux cadres de Thiagi, légos,Taboo, …
Partage d'expériences
Posture OK+ OK+
Stimulation hémisphères droit et gauche
70% de votre apprentissage passent par l'expérience et l'action => vivez nos outils en salle ET avec vos équipes.
20 % de votre apprentissage sont issus des échanges avec vos pairs que nos formateurs stimulent.
10% de votre apprentissage sont acquis en formation, nous vous donnons les outils
pour le parfaire chaque jour.

Moyens et supports pédagogiques

- Fiches digitales "syllabus" pour chaque outil
- Fiches exercices ou préparation jeux de rôle

Prérequis

Aucun prérequis